

Univerzita Karlova v Praze
Husitská teologická fakulta

Diplomová práce

Univerzity Karlovy v Praze
Husitská teologická fakulta

Diplomová práce
Výchova kojence v rodině
Infant Upbringing Within
the family

Velice děkuji Doc.PaedDr. Olze Zelinkové, CSc., vedoucí mé diplomové práce.

Díky její trpělivosti, vedení, schopnosti poradit jsem byla schopná tuto práci dokončit.

*„ Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci s názvem *Výchova kojence v rodině* napsala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.“*

V Praze dne 4.4.2011

Anotace

Diplomová práce „Výchova kojence v rodině“ pojednává o pozorování a výcviku mého prvorozeného syna se zaměřením na pohybovou aktivitu. První část práce se zabývá těhotenstvím a vývojem dítěte v prvním roce života. Aktivitu podporující motoriku dítěte jsem zařadila na konec této části mé práce.

Druhá část se zabývá vlastním pozorováním vývoje mého syna v prvním roce života. Cílem je ukázat, že dítě, které cvičí od nejútlejších let má z pohybu radost, dobře se vyvíjí, a neopožďuje se v dalším vývoji. Musíme ale předpokládat, že dítě není zatíženo genetickými nebo jinými poruchami.

Graduation theses „Education baby in the family“ is about observation and training of my firstborn son with focus on physical activity. First part consider with pregnancy and child progression at first year of life. Activities that support child's motoric are added at the end of this part of my work.

Second part deals with my own observation of my son's progress in the first year of life.

Goal is to show that child that train movement from earliest years is happy about that, well developed and isn't delayed in further progress. But we assume that the child is not burdened by genetic or other disorders.

Klíčová slova

Těhotenství, porod, žena, dítě, první rok života, aktivita, vývoj, pozorování.

Pregnancy, childbirth, women, child, first year of life, activity, development (progress), observing.

OBSAH:

Úvod.....	10
1. Definice.....	11
1.1 Definice kojenického období	11
1.2 Definice výchovy.....	11
2. Těhotenství z pohledu ženy	12
2.1. První trimestr těhotenství.....	12
2.2 Druhý trimestr těhotenství.....	12
2.3. Třetí trimestr těhotenství.....	13
2.4 Porod.....	14
3. Těhotenství z pohledu dítěte.....	15
3.1 První trimestr těhotenství.....	15
3.2 Druhý trimestr těhotenství.....	17
3.3 Třetí trimestr těhotenství.....	17
3.4 Porod... ..	18
4. Co dítě potřebuje v prvním roce života	19
5. Vývoj Novorozence.....	20
5.1 Zrak.....	21
5.2 Sluch.....	21
5.3 Čich.....	22
5.4 Motorika.....	22
5.5 Učení.....	22
5.6 Reflexy novorozence.....	23
6. Vývoj Kojence.....	24
6.1 Motorický vývoj.....	24
6.2 Kognitivní vývoj.....	26
6.3 Socializace.....	27
7. Aktivita podporující motoriku dítěte.....	29
7.1 Plavání dítěte.....	29
7.2 Potápění úst a obličeje.....	30
7.3 Polohy v plavání.....	30
7.4 Manipulace s kojencem.....	31
7.5 Příklady poloh.....	33

7.6 Masáže dětí.....	34
7.7 Říkadla a písničky.....	35
7.8 Příklad říkadel.....	35
Vlastní pozorování.....	36
1. Rodinná anamnéza.....	37
2. Prenatální vývoj mého dítěte	38
2.1 Sociální aspekty.....	38
2.2 Psychologické aspekty.....	38
2.3 Prenatální období.....	39
2.4 Závěr.....	39
3. Porod.....	40
3.1 Závěr.....	41
4. Pozorování dítěte v 1. měsíci.....	42
4.1 Motorický vývoj.....	42
4.2 Smyslové vnímání.....	43
4.3 Sociální chování.....	43
4.4 Cvičení.....	44
5. Pozorování v 2. měsíci.....	46
5.1 Motorický vývoj.....	46
5.2 Smyslové vnímání.....	46
5.3 Sociální chování.....	47
5.4 Cvičení.....	48
5.5 Závěr.....	49
6. Pozorování v 3. měsíci.....	50
6.1 Motorický vývoj.....	50
6.2 Smyslové vnímání.....	51
6.3 Sociální chování.....	51
6.4 Cvičení.....	52
6.5 Závěr.....	53
7. Pozorování v 4. měsíci.....	54
7.1 Motorický vývoj.....	54
7.2 Smyslové vnímání.....	55
7.3 Sociální chování.....	55

7.4 Cvičení.....	56
8. pozorování v 5 měsíci.....	57
8.1 Motorický vývoj.....	57
8.2 Smyslové vnímání.....	58
8.3 Sociální chování.....	58
8.4 Cvičení.....	59
9. Pozorování v 6 měsíci.....	60
9.1. Motorický vývoj.....	60
9.2 Smyslové vnímání a vývoj řeči.....	61
9.3 Sociální chování.....	61
9.4 Plavání.....	62
9.5 Cvičení.....	62
9.6 Závěr.....	63
10. pozorování v 7 měsíci	64
10.1 Motorický vývoj.....	64
10.2 Smyslové vnímání a vývoj řeči.....	65
10.3 Sociální chování.....	65
10.4 Plavání.....	66
10.5 Cvičení.....	66
11.6 Závěr.....	66
11. Pozorování 8 měsíci.....	67
11.1 Motorický vývoj.....	67
11.2 Smyslové vnímání a vývoj řeči.....	68
11.3 Sociální chování.....	69
11.4 Plavání.....	70
11.5 Cvičení.....	71
11.6 Závěr.....	72
12. Pozorování v 9 měsíci.....	73
12.1 Motorický vývoj.....	73
12.2 Smyslové vnímání a vývoj řeči.....	74
12.3 Sociální chování.....	75
12.4 Plavání.....	75
12.5 Cvičení.....	76

12.6 Závěr.....	76
13. Pozorování v 10 měsíci.....	77
13.1 Motorický vývoj.....	77
13.2 Smyslové vnímání a vývoj řeči	78
13.3 Sociální chování.....	78
13.4 Plavání.....	79
13.5 Cvičení.....	80
13.5 Závěr.....	80
14. Pozorování v 11 měsíci	81
14.1 Motorický vývoj.....	81
14.2 Smyslové vnímání a vývoj řeči.....	82
14.3 Sociální chování	82
14.4 Plavání.....	83
14.5 Cvičení.....	84
14.6 Závěr.....	84
15. Pozorování v 12 měsíci.....	85
15.1 Motorický vývoj.....	85
15.2 Smyslové vnímání a vývoj řeči.....	86
15.3 Sociální chování.....	87
15.4 Plavání.....	88
15.5 Cvičení.....	89
15.6 Závěr.....	89
16. Závěr.....	90
17. Shrnutí.....	91
Literatura.....	92
Příloha.....	93

Úvod

Téma Výchova kojence v rodině jsem si zvolila, protože se mi narodilo první dítě.

To pro mne byla dobrá příležitost, jak spojit školu a soukromý život.

Dalším důvodem byla moje snaha o optimální výchovu syna pomocí cvičení.

Já sama jsem od 4 let tancovala. Cvičení je pro mne relaxací, a proto chci vést své děti ke sportu od nejranějších let.

Posledním důvodem byla kniha Doc. PhDr. Jaroslava Kocha, Csc. Výchova kojence v rodině, kterou jsem si půjčila v době těhotenství. Díky této knize jsem zjistila, že se děti, už od narození dají vychovávat k pozitivnímu vztahu ke sportu.

1. Definice

V této kapitole uvádím definice, pro mou práci zásadní.

1.1 Definice Kojeneckého období

Podle Lenky Šulové (2004)

„Za kojenecké období je považován první rok života dítěte. Je to období velmi rychlých a podstatných vývojových změn, především v rozvoji a funkčnosti smyslů a motoriky.

Dochází ke změně horizontu vnímání okolního světa (leh, přetáčení, sed, lezení, postavování, chůze), dochází ke značným fyziologickým změnám, (na konci prvního roku má dítě přibližně trojnásobek své porodní váhy a tělo se prodlouží asi o 20 cm).

Intenzivně probíhá osifikace kostry, bolestivý růst dentice, rozvíjí se cévní a vegetativní systém, ubývá spánku z počátečních 20 hodin asi na 14 hodin, rozdělených často na delší cyklus a jeden denní spánek (12+2) nebo na kratší noční interval a dva denní spánky (9+2+3).

Rozvíjí se senzomotorická inteligence, dítě postupně začíná ovládat své tělo, rozvíjí a procleňuje úchop, rozšiřuje svůj „akční rádius“ v interakci se světem.“¹

1.2 Definice výchovy

Podle Oldřicha Matouška (2008)

„Rodičovská péče je souborem všech činností nutných k tomu, aby byl z dítěte vychován odpovědný a zralý člověk. Koncept rodičovské péče proto neoznačuje pouze vychovávání dítěte v bezprostředním kontaktu s vychovávajícím, ale vše co je nutné v zájmu dítěte pro jeho zdárný vývoj zajistit. V současnosti se za základní atributy kvalitní rodičovské péče považuje láskyplný vztah pečující osoby k dítěti, schopnost stanovovat dítěti meze bez použití fyzických trestů a dobrá vědomost o všem, co dítě podniká, i když není v kontaktu s rodičem (tzv. monitoring). Vedle toho dobrá rodičovská péče zahrnuje zajištění fyziologických potřeb dítěte a vytvoření stabilního, stimulujícího prostředí.“²

¹ Šulová, Ranný psychický vývoj dítěte, 44

² Matoušek, Slovník sociální práce, 176-177

2. Těhotenství z pohledu ženy

Tato kapitola se zabývá popisem prožívání těhotenství, ukončená je popisem porodu dítěte. Průběh těhotenství podle Ingeborg Stadelmann (2009).

2.1 První trimestr těhotenství

Průvodní znaky těhotenství, které se většinou objevují po vynechání menstruace jsou (nevolnosti, zvláštní chutě, napětí v prsech, citlivost bradavek).

Další příznaky, které se přidávají k průvodním v průběhu prvních třech měsíců jsou (citlivý čich, zvracení, unavenost, někdy bolesti v kříži).

Období prvních třech měsíců je spojené s nejistotou a obavami, výkyvy nálady, spavostí.

V těchto třech měsících se žena ztotožňuje s tím, že je těhotná.

Je rozdíl mezi ženou, která se už velice dlouho těší na dítě a ženou, která přišla do jiného stavu nečekaně. Budou mít v prvních měsících jistě rozdílnější pocity, protože hlavně v prvních třech měsících je možno ukončit bezpečně těhotenství.

V poslední době je těhotenství spojené s velkým množstvím informací o rizicích těhotenství. Tyto fakta způsobují, že ženy prožívají více stresujících situací při snaze o udržení nebo ukončení těhotenství, než to bylo v minulosti u našich matek a babiček.

2.2 Druhý trimestr těhotenství

Tyto měsíce se vyznačují zejména tělesnými změnami, objevuje se zvýšená pigmentace kůže (bradavky ztmavnou, mohou se objevit skvrny na obličeji, středem břicha vede hnědá čára).

Na začátku tohoto období se dítě ženám začne připomínat pohyby, které nejdříve ženy necítí, ale v druhém měsíci je už rozeznají.

Žena si lépe uvědomuje dítě, díky svému již viditelnému a neustále rostoucímu břichu, (těhotenství už nelze ukrýt). Nevolnosti v těchto měsících u většiny žen ustávají, a tak mají ženy více času seznamovat se a komunikovat s dítětem.

Okolí si také začíná více všimnout těhotenství ženy, pro většinu žen je to velice příjemné.

V tomto období se žena začíná připravovat na roli matky, přemýšlí o tom jaká bude matka, pociťuje i obavy zda vše zvládne.

2.3 třetí trimestr těhotenství

V těchto posledních měsících se spojení mezi matkou a dítětem prohlubuje, žena si uvědomuje co dítě cítí nebo chce, dítě s ní totiž velice silně komunikuje.

Žena rozeznává neklid svého dítěte a dokáže ho uklidnit hlasem i dotykem.

Většinou v tomto období ženy nejvíce používají slovo my, (např. my se musíme najíst, musíme se vyspat...).

V tomto období je patrná i neobratnost ženy, břicho je velice těžké a zvětšené na maximální velikost. V posledním měsíci, je břicho pro ženu už velice nepohodlné. Žena může trpět nespavostí, může se objevit pálení žáhy, protože žaludek je stlačen.

Velice často se objevují noční můry a obavy. Ženy se začínají bát porodu, role matky, mají strach o dítě. Většina žen se v těchto měsících snaží získat co nejvíce informací o porodu, chodí na přípravné kurzy, ptají se známých, tímto chováním se vyznačují zejména prvorodičky. Druhorodičky sice už ví na co se mohou připravit, ale to neznamená, že nemají strach z průběhu porodu, protože moc dobře ví jak je porod nevyzpytatelný.

V posledním měsíci se také rodina připravuje na příchod nového člena, (připravuje se kočárek, oblečení, postýlka...). Tyto týdny jsou pro ženu velice náročné, každý týden chodí na Kardiotokogram (metoda zaznamenávající předčasné stahy a průběh srdečních ozev dítěte). Žena prožívá kolísáním nálady, vyhledává klid a samotu.

2.4 Porod

„Jakmile je těhotná neklidná, znepokojená a žádá o pomoc, nadchází čas, dle situace a možností, zavolat porodní asistentku, porodníka nebo vyhledat porodnici .

Nezáleží na tom zda jsou stahy v krátkých či dlouhých intervalech, zda došlo k odtoku plodové vody nebo krvácení, zda je večer či den, zda má před nebo po termínu.

Chování budoucí matky vyjadřuje nejvýrazněji, zda a kdy potřebuje pomoci.“³

Žena vždy pozná, kdy začíná porod, i když cítí nejdříve pochyby.

Jsou průvodní znaky, které ženy upozorňují. Mezi tyto průvodní znaky patří odchod hlenové zátky, odtok plodové vody, neustávající stahy. V první fázi porodu se dítě díky stahům posouvá z dělohy do pánve. Žena cítí stahy, ale nejsou ještě dostatečně silné pro konečnou fázi porodu. Každá žena tuto fázi prožívá jinak, záleží na charakteru ženy.

Žena je už od začátku porodu sama s dítětem, to znamená, že není schopna vnímat okolí, pokud se to netýká jí a dítěte.

Při porodu se projevuje hlavně temperament ženy, (při bolestech se žena překonává a překračuje vlastní hranice), na tom se z velké části podílí hormon oxytocin

a neurotransmitter serotonin. Oba hormony přispívají k našemu pocitu štěstí a pohody.

Spolu s oxytocinem se začínají vyplavovat látky tišící bolest zejména endorfiny a opiáty.

Pokud se žena musí potýkat se stresem je funkce těchto hormonů oslabena. V poslední fázi porodu je žena úplně ponořena do sebe, není schopna reagovat a myslet na nic jiného, než na vypuzení dítěte.

³ Stadelmann, Zdravé těhotenství přirozený porod, 204

3. Těhotenství z pohledu dítěte

Tato kapitola pojednává o vývoji nenarozeného dítěte, je ukončena porodem a popisem pocitů dítěte při porodu. Porod se obvykle dělí do několika fází. Uvádím zde porod podle Stanislava Grofa, který dělí porod na 4 perinatální matrice. Kapitola je doplněna vysvětlením důležitosti vztahu matky a dítěte v těhotenství.

Vztah matky a dítěte podle Lenky Šulové (2004), vztah se projevuje zejména ve vzájemné komunikaci mezi matkou a dítětem. V prvních třech měsících vede dialog žena. První dialog mezi matkou a dítětem souvisí s přijetím těhotenství a zvykáním si na novou situaci.

Další komunikace vzniká v rovině smyslové, v ní je aktivnější dítě, které reaguje na polohy matky svou vlastní aktivitou, (kopání, otáčení, zklidnění). Poslední komunikační sférou je sféra emoční. Dítě přijímá emoční vyladění matky. Psychika matky má hlavní význam pro přijetí role matky a přijetí dítěte. Pozitivní vyladění matky a těšení se na dítě snižuje riziko předčasného porodu.

Prenatální vývoj podle (Gregora, Velemínského ml. 2007)

3.1 První trimestr těhotenství

(oplození - 13 týden)

Během vývoje zárodku v prvním trimestru jsou rozlišovány tři důležitá období:

- 1) období blastogeneze do 15. dne od oplození. Pokud v tomto období působí na zárodek nějaká škodlivá látka, je zde pořád možnost přirozeného výběru. Pokud je poškození plodu malého rozsahu, má organismus k dispozici mechanismy, které samy zamezí vzniku vývojové vady a těhotenství pokračuje dál, pokud by poškození mělo být závažnější nastane potrat, (proto v tomto období vývojové vady nevznikají).
- 2) období embryogeneze po 15 dni nastává vývoj orgánů plodu, zde již obranné mechanismy nejsou. Zárodek je náchylný na škodlivé látky což znamená, že je v tomto období zárodek nejnáchylnější na vytvoření vývojové vady.

Končí zhruba po 3. měsících, (v této době jsou již všechny orgány plodu založeny, proto se snižuje riziko poškození).

3) období fetální začíná od 3 měsíců a končí porodem. Orgány se zdokonalují a postupně začínají fungovat.

V 5.-6. týdnu srdce embrya už pohání krevní oběh, to je vidět při ultrazvuku.

Embryo je velké 8-12mm, na hlavě jsou vidět základy uší, očí, nosu, úst, orgán žaludku. Dotváří se cévní systém, uzavírá se nervová trubice. Na trupu plodu jsou patrné zárodky budoucích končetin. Vytváří se nervové dráhy a množí se nervové buňky. Výživa plodu probíhá z krve, která plod omývá, vytváří se základ placenty.

V 7.týdnu embryo měří přibližně 20 mm. Na jeho hlavě se vytváří obličej, na očích se vytváří základ víček. Na nohách jsou patrné základy prstů a budoucích kostí.

Krevní oběh je už zcela vyvinut, je poháněn srdcem embrya. Ostatní vnitřní orgány jsou sice založeny, ale nejsou zcela funkční (plice, játra, ledviny, střeva).

V 8.týdnu se již hovoří o plodu. Jeho velikost je okolo 3-4 cm a váží okolo 5g.

Plod je díky pupečníku zavěšený v dutině vyplněné plodovou vodou, obklopené plodovými obaly a budoucí placentou. Obličej je vytvořen, hlava je k poměru k tělu velká, ruce a nohy jsou malé. Jsou vytvořeny základy svalů, šlach a kloubů. Na ultrazvuku lze již pozorovat výraznou pohybovou aktivitu, ta ale ještě není matkou registrována.

Pokračuje vývoj placenty, která je spojena s plodem pupečníkem. Brzy bude placenta jediným zprostředkovatelem kyslíku a výživy po celý zbytek těhotenství.

Ve 12.týdnu měří plod okolo 9cm a váží přibližně 15g. Většina vnitřních orgánů je funkční a zmenšuje se riziko jejich poškození. Oční víčka jsou už vyvinutá, zůstávají zavřená.

Na hlavě jsou už patrné ušní lalůčky. Na konečcích prstů jsou patrné základy nehtů, pokračuje vývoj svalů. Plod se v děloze stále více pohybuje, dokáže zatínat pěstičky, pohybovat prsty na nohou, špulí rty, otevírá a zavírá ústa, umí sát. Polyká plodovou vodu.

Začínají fungovat ledviny a tvoří se moč. V tomto týdnu jsou už placenta, pupečník i plodové obaly vyvinuté.

3.2 Druhý trimestr těhotenství

(13-26 týden)

V **16.týdnu** je plod velký 16 cm, váží 120g. Na těle jsou chloupky, rostou i řasy a obočí. Není vytvořen podkožní tuk a kůže je tenká a průhledná. Klouby už plní svou funkci, začínají se tvořit pevné kosti. Plod už je velice aktivní, většina žen tyto pohyby ještě nevnímá.

Ve **20.týdnu** je váha plodu 300g, měří 25cm, rostou vlasy a nehty, žena by měla už cítit pohyby plodu. Podle (Langmeier, Krejčířová, 2006) “V devíti týdnech lze již registrovat bioelektrickou aktivitu mozku na EEG, zprvu nerozlišenou, od pátého měsíce se na záznamu začíná postupně lišit spánkový a bdělý stav. Záhy reaguje plod i na podněty zvukové, vizuální, (na bleskové světlo procházející břišní stěnou matky), na tlak i bolest.”⁴

24.týden lékaři jsou za určitých podmínek schopni zachránit předčasně narozené dítě. Plod je dlouhý 30cm a váží kolem 600g.

26.týden Nedonošené děti, které prožily po porodu více bolestivých zákroků, byly v čase svého předpokládaného porodu nestabilní a nevyvíjely tolik reakcí jako děti, které po porodu měly méně zkušeností s bolestí.

3.3 Třetí trimestr

(27týden – porod)

28.týden plod dokáže rozeznat hlasy blízkých lidí, zejména matky. Hmotnost plodu je 1200g a délka 35cm.

36.týden plod měří 45 cm váha 2700g, v tomto týdnu zaujme plod svou konečnou polohu.

40.týden plod měří 50 cm a váží okolo 3200-3500g. Plod je v tomto týdnu již zralý. Kůže již není pokrytá chloupky, ale mázkem.

⁴ Langmeier, Krejčířová, Vývojová psychologie, 24

3.4 Porod

Podle Stanislava Grofa (1993)

První Matrice

V ní je zahrnuto celé těhotenství ženy, plod vnímá vše, co se děje, mohou na něj působit různé faktory (fyzikální, biologické i psychické). Pokud v tomto období nastanou jakékoli komplikace mohou nastat problémy v oblasti zažívacích poruch.

Druhá Matrice

Začíná pravidelnými děložními stahy, kdy je plod stlačován, ale porodní cesty nejsou ještě otevřeny, tato fáze může trvat i velice dlouhou dobu. Každý stah také znamená pro dítě omezení kyslíku, protože v děloze už není místo. Dítě je v této fázi ještě uvězněné v děloze. "Charakteristickým rysem této situace je zážitek trojrozměrné spirály, trychtýře nebo vodního víru, který prožívajícího vtahuje nezadržitelně do svého středu."⁵

Pokud tato fáze probíhá moc dlouho, můžou se objevit problémy v podobě frustrací a depresí.

Třetí matrice

Stahy nadále pokračují, v této fázi je, ale děložní hrdlo již otevřené a dítě se posouvá. Je zde největší možnost udušení dítěte. V této fázi se může kdykoli dostat pupeční šňůra buď kolem hlavy dítěte, nebo kolem končetiny. To znamená velice omezený nebo žádný přísun vzduchu. Tato fáze přináší náhlou úlevu, uvolnění.

Čtvrtá matrice

Je spojená se třetím klinickým stádiem porodu. Zde se dítě dostává ze tmy do světla. "Stejně jako v případě ostatních maticí specifické aspekty tohoto stadia porodu mohou být oživeny jako konkrétní vzpomínky na fyziologické události a různé porodnické zásahy. Dokonce i osoby, které nevědí nic o okolnostech svého narození, mohou pomocí těchto zážitků správně a podrobně určit svou polohu při počátku porodu, průběhu porodu, druh anestetika užitého při porodu, charakter zásahu porodníka včetně použití instrumentů, ale i specifické stránky porodní péče."⁵

⁵ Grof, Dobrodružství sebepoznávání, 25

4. Co dítě potřebuje v prvním roce

Tato kapitola se zabývá, hlavními faktory, které jsou důležité pro spokojený a vyvážený vývoj dítěte v prvním roce života.

Podle Jaroslava Kocha (1986)

- 1) Potřeba spokojenosti. Jen díky dobré péči se kojenec cítí dobře. (Včasné přebalování, krmení, spánek, příjemné a teplé prostředí, tělesná blízkost osob jenž se o něj starají.)
- 2) Seznámení se z vnějším prostředím. Díky stimulaci se naučí dítě vnímat a poznávat jak vlastní tělo tak vnější svět.
- 3) Potřeba komplexního rozvoje. Dítě se snažíme zaměstnávat různými podněty.
- 4) Potřeba svobodného a volného projevu. Snažíme se dítěti dávat co nejvíce možností se projevit, samozřejmě už od začátku je důležité nastavit pravidla a podle nich se řídit. To neznamena, že budeme dítě zbytečně omezovat, mělo by mít hlavně volnost pohybu, což někdy nevědomky děláme, (např. kočárek nepoužíváme jen jako dopravní prostředek, ale odkládáme do něj dítě, když jdeme na návštěvu). V této situaci je dobré si uvědomit, že vždy je lepší lidská náruč než kočárek, který dítěti neumožňuje tolik podnětů.
- 5) Potřeba mít skupinu lidí, kterým může věřit. Nejdříve si dítě vytvoří silnou vazbu s osobou, která se o něj nejvíce stará. Potřebuje si vytvořit i další silné vazby s ostatními blízkými lidmi, kteří mu umožňují cítit se bezpečně a jistě. Pomáhá k tomu i vytvoření jasných pravidel a jejich dodržování.
- 6) Potřeba úspěchu. Díky úspěchu se dítě učí, proto je pro dítě velice důležité uznání a pochvala, díky ní znovu a znovu zkouší nové věci, rozvíjí se tak jeho sebedůvěra.
- 7) Potřeba vzorů. Toto je spíše úkolem pro rodiče, protože dítě se nejdříve ztotožňuje s nejbližšími lidmi, až poté s ostatními. Proto by se měli rodiče zamyslet v jakého člověka chtějí své dítě vychovat a podle toho sami jednat.
- 8) Potřeba aktivního pohybu. Je důležité dítě motivovat k pohybu, aby mělo radost a pohyb se mu líbil musí pro něj mít nějaký smysl, (získ hračky, jiný pohled na okolí...).

5. Vývoj novorozence

Kapitola popisuje schopnosti novorozence po porodu, vývoj smyslových orgánů.

Podle (Gregora, Velemínský, 2007) se ke zhodnocení zdravotního stavu novorozence používá skórovací systém. Tento systém se nazývá Apgar-scóre, hodnotí chování a životní funkce novorozence po porodu. "Zjišťuje se počet tepů srdce, kvalita dýchání, napětí svalů, odpověď na podráždění, barva kůže a to vše v první, páté a desáté minutě po porodu. Vše se hodnotí body od nuly do deseti, (čím lepší stav novorozence, tím více bodů).

- **9-10 bodů** odpovídá zdravému novorozenci, který je po porodu bez potíží,
- **5-8 bodů** znamená, že novorozenec má při příchodu na svět určité potíže s přizpůsobením se novým podmínkám, většinou jsou však přechodného rázu,
- **méně než 5 bodů** mají novorozenci s porušenými základními životními funkcemi, kteří vyžadují neodkladnou lékařskou péči.⁶

Podle (Langmeier, Krejčířová, 2006) je novorozenec hned po porodu schopen komunikovat s okolím a očekává od okolí reakce.

Pro novorozence je důležitý brzký kontakt s matkou. Dnes již je v porodnicích zaveden systém „Rooming in“, dítě je s matkou na pokoji a matka se o něj stará přes celý den i v noci. Existuje ještě další systém praktikovaný například v pražské Podolské nemocnici

„half-rooming-in“ při němž je dítě s matkou přes celý den, ale na noc je odváženo k ostatním novorozencům.

Moje zkušenost je taková: " *Znám mnoho žen, které si stěžují. Chápu je, protože je pro ženu velice náročné začít se hned starat o dítě, obzvláště po složitém porodu.*"

Pro dítě jsou oba tyto systémy velice důležité, hned po porodu potřebuje dítě, aby se matka naučila brzy reagovat na jeho signály, naučit se s ním manipulovat a v neposlední řadě komunikovat, (mluvit na něj, mazlit se s ním, dotýkat se ho). Nejlepším řešením pro dítě je podle mého názoru „rooming in“ matka může reagovat na dítě po celý den, a tak při příchodu domů znát jeho biorytmus. Velice důležitá je komunikace s dítětem při krmení, (dítě vnímá doteč matky, vůni, teplo, tep srdce). Toto vše je důležité pro jeho pocit bezpečí. Také matky, které nemohou kojit by měli krmit dítě na nahém těle.

⁶ Gregora, Velemínský, 2007, 154

Velice důležitý je i oční kontakt s dítětem, dítě si připadá jistější.

„Nejdůležitější charakteristika kvalitní interakce je její přesná vyladěnost v čase, tj. kontingentní reaktivita matky-okamžitá reakce matky na projevy dítěte. Výzkumy (např. Ainsworthová, Grossman aj.) ukazují, že děti matek, které reagují na pláč dítěte v novorozeneckém období s malou latencí (do 90 s), jsou v pozdějším vývoji méně pláčtivé, snáze uklidnitelné a celkově spokojenější.“⁷

5.1 Zrak

Dítě po narození více reaguje na věci kontrastní a barevné, ale největší reakce vyvolává lidský obličej, zejména obličej matky. Do pěti měsíců se dítě nezajímá o nepohybující se předměty do jednoho metru.

Ostrost vidění je stejná jako u dospělého, až kolem jednoho roku. Novorozenec dokáže odhadnout vzdálenost, (pokud se v jeho zorném úhlu něco pohybuje můžeme pozorovat obrannou reakci).

Dokáže určit i směr pohybuující věci což znamená, že pokud není věcí bezprostředně ohrožen, tedy předmět se stačí na jednu stranu, novorozenec předmět jen pozoruje. Ideální vzdálenost pro oční kontakt s novorozencem je 20-25 cm od obličeje novorozence.

5.2 Sluch

Z hlasové škály si novorozenci vybírají zejména vysoký ženský hlas. Ženský hlas dítě uklidňuje. Novorozenci obražejí pohled po směru zvuku.

Podle Lenky Šulové (2004) se po porodu vyvíjí schopnost určení odkud zvuk vychází, rozlišení tónové frekvence, výšky a barvy zvuku. Novorozenec bezchybně rozeznává hlas své matky od hlasu ostatních lidí. Novorozenec dává přednost lidské řeči před ostatními zvuky.

⁷ Langmeier, Krejčířová, Vývojová psychologie, 45

5.3 Čich

Žena se po porodu a v období šestinedělí více potí, to napomáhá novorozenci k poznání matky čichem nejpozději do 10 dní po porodu. Podle Lenky Šulové (2004) není čich u novorozence důležitý, tak jako u většiny živočichů. Vývoj se rozvíjí hned po porodu, novorozenec nevnímá tak intenzivně normální pachy, reakce na pach se u dítěte objevují, tehdy kdy je pach až 10 x silnější než u dospělého.

5.4 Motorika

Pokud je novorozenec nahý, jeho pohyby jsou velice živé. V poloze na břiše zvedá hlavičku, snaží se plazit pokud je na břiše matky a může se odrazit od jejích nohou. Neudrží ale hlavičku, a jeho pěsti jsou zavřeny. Je důležitý volný prostor. Proto nezavazujeme často dítě do zavinovačky. Podle Jaroslava Kocha (1986) dítě potřebuje mít co nejvíce volnosti v pohybu. Pokud je dítě nahé, začne se samo od sebe více hýbat, než když je oblečené. Svlечение dítě uklidňuje, dítě tedy nenecháváme delší dobu uvázané do zavinovačky, abychom mu nebránili v přirozeném pohybu.

5.5 Učení

Velice brzy si novorozenec uvědomí, že na jeho chování přichází reakce z okolí. Křik novorozence není pořád stejný, liší se, (např. křik z hladu, bolesti nebo nespokojenosti). Matka je schopna tyto rozdíly rozpoznat a podle toho se postarat o dítě. Každá matka je jiná, jsou matky, které se velice brzy naladí na dítě a jeho potřeby, používají při tom hlavně svou intuici a pak jsou matky, které potřebují na porozumění dítěti více času. Novorozenec umí napodobovat jednoduché výrazy a zvuky své matky. Po nějakém čase i ostatních blízkých osob, (otevření očí a úst, vyplazení jazyka, jednoduché zvuky). Tyto osoby ho dále učí tím, že intuitivně napodobují výrazy jeho tváře. Od narození je pro dítě nejdůležitější, aby mělo někoho, kdo se mu neustále věnuje. Pro jeho vývoj není důležitá četnost s jakou se mu osoba věnuje, ale kvalita.

5.6 Reflexy novorozence

Podle Evy Kiedroňové (2005)

1) Hledací

Pokud se dotkneme dítěte v oblasti kolem úst, novorozenec hledá zdroj dotyku, otočí k němu hlavu a hledá co by mohlo sát.

2) Sací

Pokud novorozenci strčíme do úst např. dudlík, prst..., začne okamžitě sát.

3) Obranný (*Moroův reflex*)

Pohneme-li s podložkou, na které leží novorozenec roztáhne nohy, ruce a prsty a prohne záda.

4) Orientační

Novorozenec se orientuje zrakem a hlavně pomocí rukou, z tohoto reflexu se posléze vyvíjejí poznávací funkce.

5) Úchopový

Když dáme dítěti do dlaně prst sevře ho velice pevně.

6) Polohové

Díky nimž zkoumá a přizpůsobuje se životu v novém prostředí, tyto reflexy nám pomohou při stimulaci dítěte.

Podle Lenky Šulové (2004) reflexy vymizí kolem 3. měsíce, jsou nahrazeny komplexnějším vzorcem chování.

6. Vývoj kojence

Tato kapitola se zabývá motorickým, myšlenkovým a sociálním vývojem kojence a rozvojem jeho schopností.

Podle (Langmeier, Krejčířová, 2006)

6.1 Motorický vývoj

(Gessel in Langmeier, Krejčířová, 2006) Arnold Gessel vytvořil principy, které zjednodušují diagnostiku motorického a psychického vývoje. Tyto principy jsou vytvořeny zejména na základě kojenecké motoriky. Jedná se o tyto principy:

1) Princip vývojového směru (ovládání těla podle tělesného růstu)

- a) Kafalokaudální směr růstu jde od hlavy k patě.
- b) Proximodistální vývoj směřuje od centra k periférii
(pohyby končetin začínají nejdříve v kloubech, končí v prstech).
- c) Ulnoradiální pohyby se vyvíjí od malíčku k palci (klešťový úchop).

2) Princip střídavého propletání

Dítě dosáhne určité fáze dokonalosti potom se vrací k předchozí fázi, aby překonalo svůj výkon a dosáhlo tak vyšší úrovně.

3) Princip funkční asymetrie

postupně začíná převládat jedna strana před druhou

4) Princip autoregulace a individualizace

Každé dítě je jedinečné. U všech dětí pozorujeme výkyvy, které jsou řízeny dítětem při přechodu na vyšší stupeň.

Dítě ve **3. měsících** dokáže ležet s hlavičkou ve střední poloze, ruce už nemá tak často zatnuté v pěst a jeho motorický vývoj se tedy může lépe vyvíjet. Pokud posadíme dítě na sebe tak, že se zády opírá o nás, je hlava vzpřímená.

Zrak je více rozvinutý než ruce, které se stále ještě nekoordinovaně hýbou pokud vidí předmět, který dokáže zrakem dobře zafixovat.

Rukou dokáže dítě uchopovat předmět až kolem **4. a 5. měsíce**, kdy také dokáže odhadnout vzdálenost předmětu. Zrak je tedy pořád ještě o krok vpředu než ostatní motorika.

Nejvíce se ovšem dětem líbí pohyb lidí, chůze, grimasy obličeje pohyby rukou, dává jim přednost před hračkami. Dítě stále komunikuje pláčem, který má různé formy, děti se začínají i smát a vydávat první zvuky-broukání.

Dítě v **6. měsících** se dokáže vytáhnout do sedu pokud mu nastavíme prsty. Pokud se opírá drží se v sedu, bez větších problémů chytne a podrží velké předměty. Řeč se už posunula o další stupeň, dokáže vyslovovat slabiky začíná žvatlat, komunikuje už jinak než jen pláčem (grimasy obličeje, žvatlání, křičení).

8-9. měsíc: Dítě už umí sedět a je si jisté, jeho pohled na svět se tímto také velice změnil a obohatil. Dítě začíná lézt což umožňuje dítěti nové možnosti v nalézání nových věcí a hlavně k rozvoji prostorového vnímání.

Jemná motorika se také významně zlepšila, dítě již dokáže uchopovat malé věci, vyvinul se úchop do takového stupně, že dokáže vzít do ruky drobek mezi ukazovák a palec, popřípadě palec a prostředníček.

Věci ale nedokáže ještě samovolně pustit, většinou až kolem 9 měsíce dítě začíná vyhazovat věci z postýlky a sledovat jejich pád. Pro dítě jsou také v tomto období zajímavé zejména detaily věcí.

Začíná si uvědomovat funkci věcí, bouchá s nimi za účelem zvuku, mačká hračku, která píská, dokáže vyndat menší věc z větší nádoby a také ji tam vložit. Rozvoj řeči se děje hlavně v porozumění slovům, (dokáže udělat paci paci, ukázat jak je veliké).

V tomto období se také většinou objevuje první slovo, které má význam (např. da = dej).

Dítě je čím dál méně závislé na matce v praktických záležitostech, dokáže se doplazit pro věc, která se mu líbí, drží si pití i jídlo (rohlík, banán, jablko..).

Ve **12. měsících** dítě většinou dokáže chvilku stát bez přidržení, ale chodí pouze vedeno za ruku. Hra s věcmi se vyvíjí, používá věci hlavně za účelem jejich funkcí.

Prachovkou utírá prach, vezme skleničku a dělá že pije, hřebenem se dotýká hlavy a vlasů.

Dítě rozumí už více slovům, ale aktivní řeč se v této době moc nevyvíjí, dítě umí jen několik slov s neurčitým významem.

6.2 Kognitivní vývoj

Do čtvrtého měsíce se dítě naučí používat vrozené reflexy, to můžeme pozorovat například, když vezme věc, pohybuje s ní, a pak jí strčí do úst a pokouší se sát.

4.-8. měsíc během těchto měsíců dítě pochopí, že to co dělá je účinné. Díky tomuto poznání opakuje věci, které dělá a tak se zdokonaluje, (např. v sedu, lezení, mluvení, manipulováním s věcmi. V dalším vývoji začne manipulovat s předměty jako s nástroji k nějakému účelu. Začne zjišťovat jejich vlastnosti, podle kterých je pak používá.

Zde je velice důležitá nápodoba, (dítě opakuje to co vidělo dělat ostatní, tato fáze se ale objevuje až kolem prvního roku, jak je uvedeno výše). Pozornost dítěte stoupá úměrně tomu jak, zábavná je interakce s dospělým. Takto se dítě učí udržovat pozornost jen u jedné věci.

(Piaget in Atkinson a kol., 2003) Jean Piaget se začal zabýval při sledování vývoje vlastní dcery, vztahem mezi procesem zrání a komunikací dítěte s okolím.

Vytvořil teorii 4 vývojových stadií.

„1) Senzomotorické stádium: Odlišuje sebe od objektů. Rozeznává sebe jako aktivního činitele (narození- 2 roky) a začíná jednat záměrně: např. tahá za stuhu, aby hýbalo hračkou, nebo třese chrastítkem, aby dělalo hluk. Dosahuje vědomí stálosti objektu: uvědomuje si, že objekty dále existují, i když nejsou přítomné pro bezprostřední smyslové vnímání.“⁸

⁸ Atkinson a kol., Psychologie, 77

6.3 Socializace

Ve **3. měsících** si dítě začíná uvědomovat obličej a reaguje na něj větší aktivitou nebo úsměvem. Usmívá se však na každý obličej dokonce i na masku. Jak už bylo řečeno dítě navazuje kontakt s okolím nejen pláčem, ale také žvatláním, posléze broukáním, tím podněcuje okolí k větší interakci.

Dítě v období **6-8. měsíce** začíná rozlišovat známý obličej od neznámého.

Začíná být na známý obličej fixován = začíná si vytvářet první vztah k osobě, která mu je nejbližší.

“ Znakem, který udává nástup etapy specifického pouta, jsou spíše negativní emoce úzkosti a strachu. Kromě separační úzkosti, vyvolané odloučením od matky, (často třeba jen krátkým odchodem do jiné místnosti), je patrný – jak ukázali další studie - ještě strach z cizích osob.”⁹

Dítě, které je od narození ve společnosti více lidí nepocítuje tak veliký strach z cizích lidí, lépe přijímá a navazuje vztahy. Navazování kontaktu s ostatními lidmi se děje hlavně v procvičování signálů. Velice brzy si dítě uvědomuje, že k sobě dokáže přivolat matku i ostatní lidi, nejdříve používá pláč. Jeho přivolávací techniky se dále zdokonalují, hlavně z pochopení následku a příčiny.

Jak se vyvíjí charakter dítěte, mění se i jeho komunikační dovednosti.

Dítě kolem **9. měsíce** více upoutává pozornost na sebe a na činnosti, které dělá, protože ho to činí šťastným. Může ukázat co už samo zvládne, a dostává se mu reakce od ostatních. To ho posouvá dál, a na tomto základě se rozvíjí další sociální dovednosti:

1) Vývoj řeči

Při společné hře, dospělá osoba komentuje co se právě děje a dítě tím získává pasivní slovní zásobu.

⁹ Langmeier, Krejčířová, Vývojová psychologie, 63

2) Užití předmětů

Jako věci denní potřeby. Díky kontaktní hře se dítě učí na co se určitá věc používá (s luxem se jezdí po zemi, hřebenem se češe...).

3) Abstrakce dospělý během společné hry popisuje jen ty funkce předmětu, které jsou důležité a tím učí dítě hledat na věcech to podstatné. Dítě ví, že matka ví o situaci více než on / ona, a proto se na ni obrací. Je to velký posun v myšlení kojence, díky němuž se učí reakcím na okolí a lidí v něm. Nejdůležitější v tomto období je jistý vztah alespoň k jednomu blízkému člověku, protože pocit bezpečí je hlavním faktorem dobrého psychického rozvoje v tomto období.

Podle (Ainsworthová in Langmeier, Krejčířová, 2006) Mary Ainsworthová zkoumala první objektivní vztahy, které sledovala ve svém longituálním výzkumu. Pozorovala řadu párů matka-dítě v průběhu prvního roku života. Poté hodnotila kvalitu vztahu dítěte k matce na základě stresové situace. Výsledkem jsou tři skupiny:

1) Děti s jistým vztahem

Po návratu matky vyhledávalo dítě její kontakt. Tyto matky ke konci prvního roku byly vyhodnoceny jako citlivé a reagující na signály dítěte.

2) Děti s nejistým / vyhýbavým vztahem

Po návratu matky se děti kontaktu vyhýbaly, doma se děti někdy chovaly k matce agresivně, aniž by k tomu měly důvod. Matky byly hodnoceny jako málo citlivé až necitlivé, nevyhledávající kontakt s dítětem.

3) Děti s nejistým / dezorientovaným vztahem

Po návratu se dítě nechovalo obvykle, nikdy se nedalo určit jak přesně se dítě zachová, (zamrzlo, chovalo se agresivně). Tyto děti byly v útlém věku týrané nebo zneužívané.

7. Aktivita podporující motoriku dítěte

Tato kapitola se zabývá různými aktivitami, které podporují motorický vývoj dítěte.

Plaváním dětí se zabývali např. I.B.Čarkovský, V.Březina, J.Štěpnička, M.Hoch.

Polohováním dítěte se zabývali např. J.Koch, E.Kiedroňová, B.Kolářová-Sudíková, kteří na základě přiměřené, správné motivace byli schopni dokázat a předejít nejen špatné aktivizaci dítěte. Správnou manipulací dokázali vytvořit pevnější a jistější vztah mezi nejbližšími osobami a dítětem. Hrou s dětmi se zabývají: J.Koch, Z. Šimanovský, Z.Pospíšilová, P. Poláčková, J.Hanšpachová.

7.1 Plavání dítěte

Podle Ireny Čechovské (2003) je ideální formou plavání dětí s rodiči, kterou vede jeden pedagog. Pedagog vede hodinu ze sucha nebo z vody, optimálně kombinovaně.

Kvalita této výuky je zejména v přítomnosti rodiče, který zná své dítě a ví jak ho nejlépe motivovat. Dítě je navíc s blízkou osobou a prohlubuje se tak i vzájemný vztah.

Smyslem kojeneckého plavání je vytváření pohybové aktivity kojence, jeho podněcování, prohlubování pocitu důvěry, sociální aktivity dítěte.

U zdravých dětí se v plavání více preferuje hra, rytmizace, polohování (vznášení, splývání).

Kojenecké plavání se rozděluje podle vývojového období.

1) Novorozenecké plavání. Plave se nejdříve doma do období 28 dní dítěte. Dítě si nejdříve musí pomalu zvyknout na vodu, každý den mu potíráme mokrou žínkou obličej a seznamujeme ho s vodou, jemným poléváním tělíčka. Pokud dítě neprotestuje začneme mu rukou polévat obličej vodou.

2) Kojenecké plavání. Probíhá 2-3 měsíce ve vaně, ve 4. – 12. měsíci ve specializovaném bazénu. Při plavecké výchově si dítě osvojuje následující dovednosti :

“1) Plavecké dýchání (řízené dýchání s určitým, plaveckými pohyby vnuceným režimem).

- 2) Plavecké splývání (o rovnováhu ve vodě, nácvik plaveckých poloh na prsou a na zádech).
- 3) Zvládnutí zanoření a orientace pod hladinou (potopení hlavy, přetáčení pod vodou atd.).
- 4) Vstup, pády a skoky do vody (zvládnutí komplexní situace, odhodlaný odraz, zvládnutý dopad a orientace pod hladinou, dosažení hladiny a zaujmutí polohy na hladině).
- 5) Záběrové dovednosti, rozvoj pocitu vody (vnímání odporu, vztlaku vody, vytváření opory ve vodě, vnímání rytmu pohybu, pocit uplatňovaného úsilí během pohybu končetin).¹⁰

Před zahájením plavání by mělo dítě být spokojené, nakrmené a vyspalé.

Velice důležitý je zrakový kontakt. V průběhu lekce se vždy nejprve lehce seznámíme s vodou, formou krátkého ponoření do vody. Poté se zopakuje to co se dítě už naučilo, přidají se nové prvky a nakonec uvolňovací cviky.

7.2 Potápění úst a obličeje

Vždy používáme heslo, které si samy stanovíme a používáme ho jen pro tuto aktivitu. První fáze je pomalé polévání hlavy a obličeje hrnečkem, vždy po pojmenování dítěte a vyslovení hesla. Další fáze je samotné potopení, postup se opakuje, ale dítě se ponoří pod vodu a zase vynoří.

7.3 Polohy při plavání

1) Poloha na břiše

V této poloze se dítě učí držení desky, lezení po deskách na vodě, uchopování hraček rozházených po vodě....

2) Poloha na zádech

Není moc oblíbená, používá se k podpoře samostatného držení hlavy, ke cvičení stability, k aktivaci pohybu rukou a nohou.

¹⁰ Čechovská, Plavání dětí s rodiči, 27

3) Poloha svislá

Použití při otužování, zanořování, zrakový kontakt, volný pohyb nohou.

7.4 Manipulace s kojencem

Význam správné manipulace s dítětem podle Evy Kiedroňové (2005). Správné zacházení s kojencem má vliv na správné zapojení a posílení břišních a zádočných svalů. Podněcuje i koordinaci, rovnováhu a orientaci. Důsledkem je lepší soustředění při výchově i v předškolním a školním věku.

Zásady správné manipulace s dítětem podle Evy Kiedroňové (2005) jsou tyto:

- "1) Přehmaty z jedné polohy do druhé i samotné polohy musí být v souladu s jeho psychomotorickou vyspělostí i potřebami.
- 2) U nejmenších dětí využíváme při změnách poloh především techniky, kdy je držíme jednou rukou pod temenem hlavičky a druhou pod zadečkem. Pouze výjimečně, jako např. při zvedání dítěte nabalením a pokládáním stejným způsobem, používáme techniku přehmatu širokého držení kolem hrudníčku s dopomocí našeho těla.
U dětí po čtvrtém měsíci věku je tomu již naopak. Upřednostňujeme techniky vedené z širokého úchopu kolem hrudníčku nabalením.
- 3) Při zaujímání veškerých poloh dbáme na potřeby novorozence, jako je pocit jistoty, bezpečí, tepla a klidu, které vyplývají z podmínek v nichž dítě žilo po dobu mnoha měsíců nitroděložního života.
- 4) Přibližně do devátého měsíce věku dítě neposazujeme a nenosíme ve svislé poloze, vyhýbáme se dotyku a tlaku na útlý krček, vyvarujeme se jakýchkoli záklonů hlavičky i tělíčka. Důvodem je, že malí kojenci ještě nemají dostatečně silné zádočné svalstvo. Dítě si zpevní svaly podél páteře teprve postupně v průběhu prvních devíti měsíců života, díky pravidelnému pokládání do polohy na břicho pod dohledem rodičů, později plazením

a lezením.

- 5) Správně manipulovat s dítětem by se měli naučit všichni (matka, otec, sourozenci, babičky, dědečkové, tety, instruktoři, sestry i lékaři), kteří si dělají nárok dítě zvedat, nosit či je pouze chovat v náručí.
- 6) Učíme se s dítětem manipulovat střídavě na obě ruce i strany, aby zátěž byla rozdělena a podněty nabízeny spravedlivě z obou stran. Do jednoho roku se hybnost obou ručiček vyvíjí stejně obratně, teprve po prvním roce začne dítě upřednostňovat pravou nebo levou stranu.
- 7) S dítětem pracujeme vždy jemně, pomalu, a tak abychom nevyprovokovali úlekové reakce včetně rozhození rukou. Novorozené dítě se ještě neumí orientovat v prostoru. Orientační smysl dítěte se rozvíjí postupně v průběhu celého prvního roku.
- 6) Při chování dítěte v náručí, kolébání v kočárku nebo kolébce, se varujeme jakéhokoliv přehnaně rychlého, byť rytmického pohybu. Dochází tak k návykovému dráždění nervového systému. Dítě pak toto akční nošení, houpání a natřásání neustále vyžaduje, neumí spát v klidu, a tím si kvalitně odpočinout. Výsledkem bývají až zoufalé stavy rodičů, kteří se najednou rozhodli jezdit třeba dvě hodiny v autě po městě, aby dítě bylo schopno usnout a vyspalo se.
- 7) Chceme-li změnit techniku práce s dítětem, je nutné se vyzbrojit trpělivostí a disciplínou. Na odlišnou manipulaci si bude muset zvyknout nejen dítě, ale i rodič. Je-li dítě zvyklé na svislou polohu, pak se mu zpočátku poloha v klubíčku obvykle nelíbí. Neumí se v ní uvolnit. Přesto je pro ně podstatně vhodnější než poloha svislá. Po dobu nejméně tří až čtyř týdnů zvažujeme každý úchop a přístup k dítěti. Pokud opomeneme a dítě zvedneme či uchopíme špatně, radši je hned položíme a zkusíme to znovu a správně. První týdny musíme myslet na každou maličkost, pak dojde ke zlomu a najednou jde vše snadno, automaticky a správně.¹¹

¹¹ Kiedroňová, Něžná náruč rodičů, 107-108, 109

7.5 Příklady poloh

Podle Evy Kiedroňové (2005)

Polohy k odříhnutí:

Vyvýšené klubíčko

Dítě se opírá hned pod ramenem jedné ruky, tato poloha je vhodná pro děti od 2 měsíce, ale jen na dobu odříhnutí.

Tygrík

V této poloze je dítě většinou spokojené, je to jedna z nevhodnějších poloh na odříhnutí, hlava dítěte leží na předloktí jedné ruky, která také drží dítě pod nožičkami a druhá ruka podpírá zadeček dítěte.

Polohy k odpočinku:

Mušlička

Poloha, kterou lze používat při kontaktu s dítětem. Dítě má opřené nožičky o náš hrudník, zádička a hlavičku opřeny o naše ruce, koukáme se společně do obličeje.

Klubíčko

V této poloze dítě odpočívá a navíc je můžeme dítě i aktivizovat, protože máme jednu volnou ruku. Posadíme se tam, kde je nám příjemně a tam, kde si můžeme opřít záda, dítě si posadíme na nohy jedna strana dítěte se opírá o naše břicho a hrudník, druhá strana je podepřena rukou, která drží dítě pod kolínkem, hlavu si opírá o naše rameno.

7.6 Masáže dětí

Jana Hašplová (2006) uvádí tři druhy masáží :

- 1) tradiční indické masáže,
- 2) masážní metody pocházející ze Švédska,
- 3) masáž chodidla, která se vyvinula z reflexních technik.

Tyto masáže podporují a prohlubují vztah mezi masírujícím a masírovaným (rodič a dítě).

“Masáž stimuluje a zlepšuje krevní oběh, což ovlivňuje činnost orgánů a rozvoj všech tkání, zlepšuje dýchání, celý organismus se dobře okysličuje, posilují se hrudní svaly a správné držení těla. Masáž stimuluje pokožku, jednotlivé nervy a jejich zakončení, aktivuje větší počet nervů, a tím posiluje hmat.

Tato masáž ovlivňuje svalstvo jeho zpevnění i uvolnění, a koordinaci pohybů.

Dokáže ovlivnit i kloubní změny, neboť při doteku v blízkosti kloubů dochází k uvolnění hormonů do organismu, což podporuje pohybový aparát. Dotekové relaxační techniky zbavují děti napětí.“¹²

Je dobré používat masáže s vonnými oleji a hudbou, prohlubuje se tak relaxace.

Jen u novorozenců je důležité nejdříve používat jen čisté oleje (panenský olivový olej se slabou vůní, slunečnicový, heřmánkový). Dítě je po porodu velmi citlivé na vůni a potřebuje cítit hlavně svou matku, aby se cítilo bezpečně.

Pokud později budeme používat oleje s vůní je dobré se nejdříve seznámit s vlivem vůně na psychiku a také vysledovat ty vůně, které jsou dítěti příjemné.

Neměli bychom nikdy používat pronikavé vůně.

¹² Hašplová, Masáže dětí a kojenců, 14-15

7.7 Říkadla a písničky

Pro děti je velice důležitá hra i v době kdy si ještě neumějí hrát úplně sami, (novorozenecké, kojenecké období).

Podle Josefa Langmeiera a Dany Krejčířové (2006) je pro podporu nejmenších dětí důležitá rytmizace, která se dá dobře spojit s pohybem podle Zuzany Pospíšilové a Petry Poláčkové (2006). Říkadla a Písničky je vhodné zapojit do každodenního programu, později si také dítě díky nim zvyšuje slovní zásobu.

Všechny říkačky, které zde uvádím Můžeme použít k pohybu s dítětem.

Pejsek běží... můžeme použít tak, že se s větším kojencem honíme a hrajeme si na pejska. Neposedný větříček při této básničce můžeme ukazovat kojenci jak vítr fouká, rozhodit si vlasy a ukázat průvan. Nejlepším způsob jak předvádět říkačky je ukazovat co se v říkačce děje na dítěti, popřípadě na sobě.

7.8 Příklady říkadel

„VYROSTL NÁM STROMEČEK

Nejdřív malé semínko
povyrostlo malinko,
rostlo, rostlo čím dál více,
až z něj byla borovice.
A teď je tu strom,
veliký jako hrom.

PEJSEK BĚŽÍ NA KOPEČEK

Na kopeček pejsek běží,
na zemi tam šunka leží.
Zvedne ji a běží zpět.
Zkus ho chytit teď a hned!

NEPOSEDNÝ VĚTRÍČEK

Neposedný větříček,
cuchá vlásy holčiček
pánům nosí klobouky,
do pole či do louky."¹³

¹³ Pospíšilová, Poláčková, 11, 17, 23

VÝCHOVA KOJENCE V RODINĚ

Vlastní pozorování:

Cíle pozorování:

- 1) Dokázat, že se dítě správně vyvíjí, díky pohybu od nejranějších let.
- 2) Dokázat, že vývoj motorických dovedností podporuje dítě ve vývoji řeči.
- 3) Dokázat, že dítě díky správné manipulaci a podpoře v pohybu, pocítí uje v dalších letech radost z pohybu.

Metody:

1. Průběžné pozorování dítěte
2. Záměrná stimulace
3. Porovnání vývoje dítěte s běžnými normami

1. Rodinná anamnéza

Matka:

- Lucie Škoríková narozena 21.7.1985
- gymnázium ukončené maturitou
- studentka vysoké školy
- věk 23 let
- diagnóza: alergik na prach, pyl
 - tupozrakost vpadlé bradavky
 - Dyslexie diagnostikovaná v dospělosti

Otec:

- Vojtěch Dolínek narozen 4.9.1981
- věk 26
- střední škola ukončená maturitou
- zaměstnanec vzdělávací firmy v pozici počítačového technika
- diagnóza: ztuchnění jater
 - aktivní kuřák
 - vyléčený alkoholik
 - deprese

Osobní anamnéza

- Matěj Dolínek, narozen 7.12.2008
- Apgar- score 1 min, 5 min, 10 min
 - 8 , 9 , 10
- Těhotenství: fyziologické bez komplikací
- Porod: ve 38 týdnu akutní císařský řez pro hrozící hypoxii plodu
- Diagnóza: porodní hmotnost:3500g
 - porodní délka 50 cm
 - prodělána novorozenecká žloutenka (nutnost 4 dnů ozařování)

2. Prenatální vývoj mého dítěte

Tato kapitola se zabývá mým těhotenstvím, porodem. Popisuji své citové rozpoložení v tomto období.

2.1 sociální aspekty

Jsem studentkou vysoké školy, v těhotenství jsem nepřerušila studium.

Nenastoupila jsem na mateřskou dovolenou, jediný finanční obnos jsem obdržela ve formě porodného a příspěvků na dítě.

Otec je zaměstnancem vzdělávací firmy na pozici počítačového technika. Když je dítěti půl roku, otec musí opustit práci z důvodu snižování stavu zaměstnanců ve firmě, kde pracuje. Začíná pracovat na živnostenský list, jako technik počítačových sítí.

Finanční podpora ze strany mých rodičů je velice malá, přestože jsem stále studentkou vysoké školy. Rodiče mne od 17 let finančně nepodporují, finanční podpora je jen ze strany matky otce dítěte. Rodiče dítěte bydlí sami v dvoupatrovém domu na Praze 6.

2.2 Psychologické aspekty

Vztah rodičů dítěte prochází krizí, na začátku těhotenství musím řešit dosti komplikovanou situaci. Otec dítěte řeší pocit osamění a strachu ze zodpovědnosti občasným pitím, nedostatek sexu řeší vytvářením vztahu po internetu s jinými ženami.

Musím se rozhodnout zda zůstanu s otcem dítěte nebo budu vychovávat dítě sama.

Po 2 měsících se rozhodnu zůstat s otcem dítěte, pokud nebude pít a přestane vyhledávat nové vztahy, (tyto podmínky otec dítěte přijímá a splní je).

Vztah rodičů dítěte v době otěhotnění trvá 6 let, dítě je plánováno, rodiče dítěte se snaží o otěhotnění půl roku. Procházím procesem změny ze ženy na matku. Jsem mladou matkou tato změna je pro mne jednou z největších, kterou jsem prožila. Procházím fázemi strachu zda můžu být dobrou matkou, jestli dokážu sama své dítě uživit a ochránit. Tyto fáze přichází, až kolem pátého měsíce. První měsíce velice intenzivně pocítuji strach z potratu a neustálou potřebu ochraňovat vystouplé břicho.

2.3 prenatální období

Od začátku až do konce těhotenství jsem poslouchala hudbu.

Od **14.týdne** jsem začala cítit pohyby, i když mi doktor říkal, že to ještě není možné, protože jsem prvorodička. Ze začátku jsem cítila velice jemné záchvěvy v podbříšku, které každým týdnem byly patrnější a silnější. Na začátku pátého měsíce byly tyto pohyby patrné i vizuálně, (lehké vlnky a vyboulení na břicho). Nutno dodat, že jsem byla velice hubená před těhotenstvím a dítě bylo i podle doktora veliké.

Od **5.měsíce** jsme pravidelně četli Matějovi pohádky a zpívali. V tomto měsíci Matěj začal při určité hudbě více kopat a otáčet se, (Nirvána, Totální nasazení, Trabant).

Také jsem dokázala Matěje přemluvit, aby šel spát se mnou. Matěj spal celou noc, ale dva týdny se stávalo, že se Matěj vzbudil kolem 5-té hodiny, (vzbudil mne kopáním, měl hlad). Stačilo jen chvilku hladit břicho a mluvit na něj, pak Matěj usnul i bez jídla. Celé těhotenství jsem břicho hodně hladila a mluvila s ním.

Ve chvílích kdy jsem nebyla psychicky v pohodě, jsem uklidňovala Matěje a říkala mu co se děje. Snažila jsem se nepotlačovat žádné pocity. V těhotenství jsem byla více klidnější a vyrovnanější než před ním. Neměla jsem vůbec žádné těhotenské problémy (zvracení, velká únava, fyzické omezení). Chodila jsem na dlouhé procházky, cvičila jsem zádové svaly, seděla jsem na ortopedickém balónu.

Musela jsem jen přestat aktivně sportovat, (před těhotenstvím jsem dělala military painball, bojový styl musado). V **36. týdnu** mi gynekolog řekl, že je Matěj hodně nízko, abych se šetřila, přestala jsem tedy chodit do školy a zůstala jsem doma. Na konci **8. měsíce** jsem malovala tři místnosti v novém bytě, také možná z toho důvodu jsem porodila na konci **38. týdne**.

2.4 Závěr

Přestože, pro mne těhotenství znamenalo nutnost veliké změny, cítila jsem se během celého těhotenství psychicky i fyzicky velice dobře. Tento stav napomáhal k spojení mezi mnou a dítětem. Díky tomu, že jsem velice brzy dokázala vycítit pohyby a naladit se na Matěje, podpořila jsem tak jeho pocit bezpečí. Také jsem nepotlačovala žádné pocity, takže se ve mne nehromadil stres a Matěj nepocítoval pocit ohrožení. Podle Ingeborg Stadelmann, Josefa Langmeiera, Dany Krejčřové, Zdeněka Matějčka a dalších je naladění ženy v těhotenství základem pro další psychický vývoj dítěte.

3. Porod

V kapitole popisuji průběhu mého porodu, zabývám se podrobněji prvním týdnem s Matějem. Za velmi důležité považuji naše vzájemné poznávání a pocity matky po porodu.

Pro mne, jako prvorodičku byl porod velkou neznámou, velice jsem se bála, jestli začátek porodu poznám a zvládnou odjet do porodnice. Už v **6. měsíci** jsem začala mít děsivé sny o porodu, sny pokračovali do konce 8 měsíce. Představa porodu pro mne tyto 2 měsíce byla dosti stresující.

Trvalo mi, než jsem si uvědomila, že je to jen strach z neznámého. Nakonec vše dopadlo dobře a začátek porodu jsem poznala. Do porodnice jsem dorazila, když jsem měla stahy po 10 minutách. Po hodině v níž sem byla připojená na monitor, který sledoval stahy dělohy a životní funkce dítěte, jsem šla na přípravu k porodu (oholení, klystýr).

V přípravné místnosti mi začala odtékat plodová voda, a tak mne sestřička odvedla na sál, museli mi protrhnout plodové blány, protože plodová voda odtékala moc pomalu.

Po 10 minutách zavolali přítele na sál, už jsem byla otevřená a Matěj byl hodně nízko. Matějovi dali na hlavičku diodu, protože už nešlo monitorovat přes břicho.

Monitoru ukázal velice vysoký tlak Matěje a mne vystoupila horečka na 38,5, proto se lékaři rozhodli pro akutní císařský řez.

Nechápala jsem kde se stala chyba, celé těhotenství bylo v pořádku, jsem mladá a nepředpokládala jsem takhle velké komplikace při porodu. Dokonce ani porodník nevěděl, co se přesně stalo, bylo to velice rychlé rozhodnutí a bylo správné.

Matěj se jen díky včasnému rozhodnutí doktora nezačal dusit. Dostala jsem epidurální anestezii (přes celý porod jsem byla při vědomí akorát dolní část těla jsem měla znecitlivělou). Při porodu se mnou celou dobu mluvila anestezioložka, která mi popisovala co právě chirurgové dělají. Ve chvíli kdy vyndali syna zahlédla jsem, že má pupeční šňůru kolem krku. Hned po vyjmutí Matěj začal brečet, ukázali mi ho a hned odnesli.

Na sále jsem zůstala ještě hodinu. Můj přítel u porodu nakonec nebyl přítomen, když se rozhodlo, že porod bude akutním císařským řezem, zůstal přítel v porodním boxu.

Po porodu jsem zjistila že mohl být u porodu se mnou. Bylo mi moc líto že se mnou přítel nebyl cítila bych se bezpečněji.

3.1 Závěr

Porod a pobyt v porodnici byl pro mne i Matěje velice stresující, prožili jsme oba dva velice silné stresové situace, (samotný porod ukončený operací, neustálé odlučování z důvodu novorozenecké žloutenky).

Podle Stanislava Grofa (1993) je porod dalším mezníkem, který určuje psychický vývoj jedince, problémy se mohou objevit v psychosomatických problémech, jako reakce na prožitý stres. Já sama jsem nepozorovala žádnou nepřiměřenou psychosomatickou reakci v prvních letech života Matěje. Jediné čeho jsem si všimla je to, že od porodu preferoval Matěj více dotyky, než jiné děti, ale nevynucoval si je. Když jsem se ho dotýkala byl velice klidný a spokojený, ze začátku nepreferoval doteky jen ode mne, stačil mu jakýkoliv dotek, blízkého člověka.

4. Pozorování dítěte v 1 měsíci

Kapitola zahrnuje období od příchodu z porodnice. Jsou popsány cviky prováděné v prvním měsíci života mého syna, způsob, jakým se seznamuje s novým prostředím a způsob krmení.

Váha:3400g

Výška:55cm

Krmení

Po příchodu domů Matěj plně kojen, ale pouze flaštičkou, už v porodnici mi byli zjištěny vpadlé bradavky. V porodnici Matěj nesál ani přes kloboučky. 2 týdny se pokouším kojit, ale bezvýsledně, Matěj nechce sát. Na konci prvního měsíce přecházíme na umělou výživu Nutrilon 1, hlavně z důvodu nedostatku mateřského mléka.

Umělou výživu snáší velice dobře, chutná mu, jen někdy po jídle zvrací. Nadýmání ho trápilo jen 3 týdny po porodu a velice málo. Vždy stačilo jen promasírovat bříško, Matěj se uklidnil a usnul. Krmíme první týden po 2 hodinách, od 2 týdne po 2 až 3 hodinách.

Od 11 hodin Matěj spí celou noc, krmím ho až ráno v 6 hodin.

4.1 Vývoj motoriky

Poloha na břiše

- 1) Na pevné podložce jen zvedá hlavičku, když se opírá nožičkami o mé ruce snaží se plazit, ale nejde mu to.
- 2) Na mém nebo otcově břiše, se více vzepře a plazení mu jde lépe. (Dítě je z období těhotenství zvyklé na blízkost matčina těla, a tep jejího srdce dítě uklidňuje. Toto vše dítě na matčině břiše cítí a slyší. Proto je více stimulováno k pohybu).

Koordinace ruky

- Má velice silný stisk, pokud brečí snaží se chytat ručičkami věci okolo něho.

4.2 Smyslové vnímání

Sluch

- Když na něj zachrastím chrastítkem, zklidní se, oči rozšíří, otočí ke zdroji zvuku pohled i hlavičku.

Zrak

- Pohledem fixuje předmět, velice rád se dívá na obličej lidí.

4.3 Sociální chování

- Při hlídání velice těžko usíná, má velice lehký spánek.
- Do hlubokého spánku upadá až ve chvíli, kdy uslyší matčin hlas.
- Před usnutím otáčí hlavičku a pozoruje jestli u něj leží maminka. (Spí v posteli s rodiči, kvůli komplikovanému porodu matky), několikrát otevře oči než usne úplně.
- Vyhledává ručičkou tělo matky, pokud se mne dotýká je klidný.
- Pláče když má hlad, pokud potřebuje pochovat, když ho trápí nadýmání.
- Pláč je stále velice pronikavý jako po narození.
- Při prohlídce u dětské lékařky, brečí při vážení, uklidní se když ho vezmu do náruče.
- Nebrečí u cizích lidí, (prarodiče, praprarodiče, strejda, teta), v jejich náručí je velice klidný.

Koupání

Při mydlení i koupání brečí, uklidní se až při osušení. Matěje koupu 3x týdně, protože dobře spí nemám důvod vytvářet rituál koupání dítěte každý den.

4.4 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Uchopování do náruče v lehu na zádech

Tento cvik jsem prováděla vždy, když jsem zvedla Matěje do náruče, je to nejčastější úchop dítěte. Dítě leží hlavou vzhůru na jedné ruce má hlavičku podepřenou loktem ruky, druhá ruka dělá zábranu před vypadnutím dítěte.

. Ruce jsem vždy střídala, (10x denně).

2) Natáčení trupu v lehu na zádech úchopem za ruce

Dítě vezmeme za ručičky a pomalu dítě natáčíme na jednu a pak na druhou stranu, tento cvik jsem cvičila při přebalování, když byl Matěj nahý, aby ho oblečení neomezovalo v pohybu, (5x denně).

(Příloha obraz 4).

3) Uchopování do náruče v lehu na břiše

Dítě leží na ruce bříškem, hlavička velice lehce přesahuje loket, (1x denně).

(Příloha obraz 2).

4) Uchopování do náruče v lehu na boku

Dítě se opírá zády o matku a bokem leží na jedné ruce. Tento cvik jsem prováděla po přebalení Matěje, (2x denně, na každou stranu 2x).

(Příloha Obraz 1).

5) Leh na bříšku pokusy o plazení

Dítě se zapře chodidly o vaše ruce a snaží se plazit. Musíme hlídat, aby ruce dítěte byly pokrčené, lokty u boků, (cvik provádím 3x denně).

6) Kopání nožiček

Matka se nahne nad dítětem tak, aby se nohama mohlo dotýkat jejího břicha. Další možností je dotknout se rukou jedné nohy, dítě samo začne jednu nohu natahovat a druhou pokrčí, (5x denně).

8) Roztahování a ohýbání prstů u nohy

Hladíme nožičku dítěte od patičky až po konec prstíků i žlábek mezi prsty, (5x denně).

9) Otevírání zaťatých pěstiček

Hlazení zaťaté pěstiček, když jsem se s Matějem mazlila, (4x denně).

10) Vyvolávání úchopového reflexu

Střídání otevírání a zavírání pěstiček, spolu s hlazením zaťatých pěstiček.

Po chvíli jsem vkládala do ruky prst a Matěj ho sevřel, (7x denně).

11) Vyvolávání pohybů paží

Jemným hlazením rukou, boků nebo bříška dítěte. Při přebalování a probouzení dítěte, (6x denně).

12) Zvedání hlavičky

Nechávala jsem Matěje v poloze na bříšku na pevné podložce. Několikrát denně Matěj odpočíval na mém těle ve stejné poloze, (4x denně).

5. Pozorování v 2 měsíci

Pokračování v cvičení z prvního měsíce, postupné přidávání nových cvičení, návštěvu tátovi práce, popis vývoje smyslů a motoriky.

Váha :4200 g.

Výška :60 cm.

5.1 Vývoj motoriky

Poloha na bříšku

1) Na pevné podložce se snaží pořád přetáčet, ale nepřetočí se.

- 4.3.2009 se poprvé přetočil na bok.
- Začátkem měsíce zvedá hlavičku a chvíli ji udrží nahoře.

2) Na břiše matky

- Odráží se nožičkami od nohou matky a plazí se.
- I na břiše matky zvedá hlavičku a drží ji nahoře.
- Koncem měsíce drží hlavičku i ve vzpřímené poloze.
- V leže na zádech dává hlavičku více na levou stranu.

Koordinace ruky

- Stisk už není tak silný, sám se snaží otevírat pěstičky.
- Bouchá otevřenou dlaní do hraček, které jsou připevněné na hrazdě.
- Pohyby jsou nekoordinované.

5.2 Smyslové vnímání

Zrak

- Pokud se zastaví hračky na hrazdě, reaguje brečením nebo vyluzováním nesouhlasných zvuků, a tak se dožaduje dalšího pohybu hraček.
- Na pohyb hraček také reaguje boucháním rukou, kopáním nohou, výskotem nebo vydáváním zvoučků.

Zvuk

- Při zpěvu, čtení knížky se syn zklidní a poslouchá. (Matějovi jsem četla Špalíček veršů a pohádek od Františka Hrubína a Jiřího Trnky, Česká říkadla pro nejmenší).
- Na matčin hlas reaguje i úsměvem a mácháním ručiček.
- Začíná reagovat na zvuk, který zná úsměvem, (babička i maminka používaly často slovo zlatíčko, na konci měsíce se syn po vyslovení tohoto slova usmál).

5.3 Sociální Chování

- Matěj ve společnosti více lidí neusíná, ani ve svou obvyklou hodinu.
- Reaguje na zvuky smíchem, házením rukama.
- Spí méně často od 12-17 je vzhůru, usíná jen na půl hodiny.
- Otec musí chodit v obvyklou hodinu z práce domů, nestane-li se tak, Matěj je velice neklidný, vyžaduje více pozornosti.
- Při hlídání nemůže Matěj usnout, až po příchodu rodičů usíná Matěj hluboce.
- Pláč je diferenciovaný, (lze rozeznat vztekání, bolest, únava, hlad).

Koupání

- Při koupání ani mydlení už nebrečí, vyjadřuje spokojenost smíchem
- Hlavně při této aktivitě se snaží ve smích otevřít pusinku, vypadá to jako by se chtěl smát na hlas, ale žádný zvuk nevydává.
- Radostně výská nebo bručí.

Návštěva táty v práci

(popis situace 10 žen stálo kolem Matěje, který byl v matčině náručí).

Ze začátku se Matěj kouká jen na matku, až po nějaké době začne registrovat ostatní lidi.

Je předán do náruče jedné z žen, nejdříve vyhledává matčin obličej, ale za chvíli se zaměří i na obličej ženy, která ho drží. V náručí cizích lidí nebrečí, ale musí být v místnosti otec nebo matka. Otec dokáže i utěšit Matěje, jen u tatínka v náručí Matěj neusne. Doma dávám Matěje po celém dni ve společnosti do postýlky, ale Matěj je neklidný, vyžaduje pozornost, teprve v náručí se uklidňuje a usíná.

5.4 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Náhodné doteky a úchopy hrazdičky

Toto cvičení nevyžaduje aktivní účast dospělé osoby, dítě se nejdříve náhodně dotýká hraček rozvěšených na hrazdičce. Rodič jen povzbuzuje dítě v této činnosti. Umožňuje mu tuto činnost vytvářet položením dítěte pod hrazdičku, (cvik provádím 3 x denně).
(Příloha obraz 5, obraz 6).

2) Úklony v sedu a ve stoji

Při tomto cviku držíme dítě v podpaždí, skoro celá váha dítěte je rozložena v dlaních dospělého. Nakláníme tělo dítěte na jednu stranu poté na druhou,
(cvik provádím 1 x denně na každou stranu 6x).

3) Předklony a záklony v sedu a ve stoji

Dítě držíme jednou rukou za záda, druhou za hrudník, takto předkláníme a zakláníme dítě. Zakláníme jen tak, jak dítě udrží hlavičku kolmo na záda,
(cvik provádím 1 x denně, na každou stranu 3x).
(Příloha obraz 7).

5.5 Závěr

Výsledkem dvouměsíčního cvičení s Matějem, je radostné očekávání pohybu, zatím preferuje hru s hrazdičkou, s kterou si hraje přes polovinu dne. V poloze na břiše matky je Matěj aktivnější podle Jaroslava Kocha (1986) z důvodu podpory plazivého reflexu.

Díky tomuto reflexu se snaží dítě dostat k bradavkám. Navíc této aktivitě napomáhá blízkost těla matky, tep jejího srdce, na který je dítě zvyklé z doby těhotenství. Tato vyšší aktivita na břiše matky je vlastní všem dětem, pokud jim nevádí poloha na bříšku,

Matěj tedy není výjimkou. Velice brzy začíná Matěj zvedat hlavičku v poloze na bříšku.

Už v tomto měsíci je schopný hlavičku chvilku udržet vzpřímenou. Tento vývoj je podle Jaroslava Kocha v normě pokud dítě cvičí. Již v prvním měsíci jsem díky ukazování pestrých hraček, nejdříve bez pohybu, poté s pohybem naučila Matěje fixovat pohled. Podle Stanislava Kocha se pohybově nadané děti v průběhu třetího měsíce naučí neúmyslně samostatně přetočit na bok z polohy na zádech. Toto se Matějovi podařilo již koncem 2 měsíce z toho usuzuji, že by mohl být Matěj pohybově nadaný, díky našemu cvičení jeho nadání podněcují.

6. Pozorování v 3 měsíci

Tato kapitola popisuje, použití nových cviků, změnu ve vnímání okolí, (vývoj motorických dovedností, smyslů). Změna spánkového režimu.

Váha: 5850g.

Výška: 64cm.

6.1 Vývoj Motoriky

Poloha na bříšku

- Přetočí se na zádička, pohybuje hlavou dopředu a dozadu.
- Otáčí sám hlavičku.
- Spí a leží s hlavou rovně.
- Přibližuje hlavičku k flaštičce.
- 6.4. Poprvé se přetočil ze zad na bříško.
- Drží hlavičku ve svislé poloze kolmo na záda.
(příloha obrázek 11).

Koordinace ruky

- Pohybuje současně nožičkama i ručičkama.
- Oběma ručičkama vědomě bouchá do hraček.
- Drží hračku pokud se mu vloží do ruky.
- Hladí hračky otevřenou rukou.
- Hladí své ruce.
- Snaží se pravou ručičkou trefit do levé hračky.
- Chytá za vlasy, drží bradu, krk.
- Strká si ruce do pusy.

6.2 Smyslové vnímání

Zrak

- Sleduje pohledem pohybující se předmět.
- Rozesměje se nad grimasami rodičů.
(Příloha obraz 9).
- Zvedá nad hlavu ruce a prohlíží si je.
- Prohlíží si hračky v ručičce, obličej rodičů.
- Chce být u maminky v polosedě a pozorovat okolí.

Sluch

- Otáčí hlavičku za zvukem.
- Když poslouchá je zklidněný.
- Do hraček pořád divoce bouchá a vříská u toho.
- Vyluzuje větší škálu zvuků (bublá, chrčí, skoro nepláče, každý týden zkouší jiný druh zvuků).
- Směje se nahlas.
- Naučil se vřískat.

6.3 Sociální chování

- Hodně slintá a je nevrlý.
- Pokud se mu něco nelíbí tak vyjekne.
- Ve spánku vydává nesrozumitelné zvuky, leká se, brečí, směje se.
- Přes den spí maximálně 2 hodiny, (od 22-8 spí).
- Často se směje, radost vyjadřuje též vřískáním.
- Pláč je donucovacím prostředkem pro pozornost jinak nepláče.
(Příloha obraz 10).
- Pořád se nechává chovat od cizích lidí, jediným rozdílem je předávání, (do náruče cizího člověka musí předat Matěje rodič, cizí člověk si Matěje nemůže brát sám).

Koupání

Při koupání kope nožičkami do vody a vříská. Začíná znovu pobrekávat při vkládání do vaničky, ale jakmile se dotkne vody, usmívá se. Po vytažení z vody brečí, protože si chce pořád hrát ve vodě.

6.4 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Zvedání do svislé polohy s položením na záda

Dítě ležící na zádech chytíme v podpaží. Zvedáme ho ve vodorovné poloze, poté je otočíme do svislé polohy. Dítě pokládáme na záda tak, že je ze svislé polohy nejdříve položíme ve vzduchu zase do vodorovné polohy, až potom pokládáme na podložku, (cvik provádím 1 x denně, opakuji 6x).

2) Převrácení na bok a na břicho

Dítě leží na zádech nohy má směrem k nám. Překřížíme nohy, jemným tahem táhneme pravou nohu na levou stranu, aby se dítě dostalo na levý bok z něj na břicho, (cvik provádím 1 x denně na každou stranu 3x).

3) Zvedání v lehu na boku

Dítě znovu leží na zádech nohama k nám. Vezmeme ho jednou rukou za nohy, druhou ruku dáme pod lopatky. Takto dítě převalíme na bok, v této pozici ho zvedáme. Držíme 2 sekundy poté pokládáme, (cvik provádím 2x denně, opakuji 3x na každou stranu). (Příloha obraz 8).

6.5 Závěr

V tomto měsíci se dále vyvíjí Matějova motorika, pokrok je patrný zejména z přetáčení ze zad na břicho, pomalu vymizel úchopový reflex, Matěj začíná poznávat okolí dotekem. Pohyb je záměrný, prohlíží si vlastní ruce podle Jaroslava Koča je tento vývoj nepatrně lepší, ve své knize uvádí tento vývoj v průběhu 3- 4 měsíce.

V tomto měsíci je patrná hra s hlasem. Matěj poznává svůj hlas. Projevuje se zejména hlasitým vřískáním, úsměvem, popřípadě křikem tento vývoj je v normě. Díky změně spánkového režimu má Matěj více možností reagovat na podněty okolí a učit se.

Jeho větší aktivita vyžaduje i pozornost od blízkých osob. V tomto období se začíná projevovat lehký strach z neznámých lidí. Matěj si připadá jistější pokud ho do náručí předávají rodiče. Díky častému hlídání babiček není u Matěje strach z neznámých lidí přehnaný, je rád ve společnosti, což se projevuje dobrou náladou, vydáváním zvuků a prohlížením lidí.

7. Pozorování 4 ve měsíci

V této kapitole jsou popsány změny ve vývoji motoriky i nově zařazená cvičení. Vynechány jsou cviky 4, 9, 10, 11. Popisu též první den a noc trávené v přírodě.

Váha: 6500 g.

Výška: 69 cm.

7.1 Vývoj Motoriky

- V poloze na břišku zvedá obě ruce.
- Levou dává více dopředu.
- Často se přetáčí ze zad na bříško, nejdříve si pomáhá.
- Tím, že se chytne jedné nohy hrazdičky a přetočí.
- Konce měsíce se přetáčí bez jakékoli pomoci na rovné podložce.
(ze zad na bříško, z bříška na záda).
- (Příloha obraz 14, obraz 15).
- 26.4. se poprvé odrazí, přetáčí se na bok a padá z postele na zem.
- Na pevné podložce dělá na zádech kolečko (otáčí se o 180%, a tím se posouvá po podložce).
- Váří sudy.
- 21.4.2008 když polosedí na mamince zvedá se sám do sedu.

Koordinace ruky

- Už nebouchá do hraček na hrazdičce, dotýká se jich, snaží se je zastavovat a rozhoupávat nataženou rukou.
- Za vlasy tahá velice silně.
- Mačká obličej rodičům.
(Příloha obraz 13).
- Štípe rodiče.
- Sám si bere hračky, které jsou v jeho dosahu a hraje si nimi, někdy se je snaží hodit na zem.
- Nandává a vyndává si dudlíček.
- Bouchá do věcí, které jsou před ním, do stolu také.
- Strká si do pusinky palec.
- Při úchopu používá palec.

7.2 Smyslové vnímání

Zrak

- Letící hračka nad jeho hlavou nevyvolává obranný reflex, nezavírá oči, pozoruje ji.
- Když drží hračku v ruce přibližuje ji a oddaluje ji od očí, prohlíží si ji.
- fascinují ho vlastní ruce.
- Dokáže odhadnout vzdálenost (jistě šahá po hračkách, nenatahuje se zbytečně pro hračky, na které nedosáhne).
- Pokud má v dohledu hračku snaží se k ní přiblížit.

Sluch

- Rozlišuje příjemné a nepříjemné zvuky, nejraději má cinkání.
- Velice často vydává nesrozumitelné zvuky, zachycuje v nich melodii slov
- Při čtení pohádek a zpívání se směje.

7.3 Sociální chování:

- Ke spánku přes den potřebuje tmu, (usíná s plenkou na obličej, kterou si sám přetahuje, jinak neusne), spí maximálně 2 hodiny.
- Je rád ve společnosti lidí, nebaví ho být s maminkou doma, je nevrlý, když nejdeme na procházku, nebo mezi lidi.

Noc v lese

Celý den byl Matěj s námi venku u ohně, hrál si na zemi na dece, přes den nespál.

2x ho hlídala cizí teta u ohně, Matěj je klidný a užívá si pozornosti cizích lidí.

Celý den spokojený, pobrukuje si, nechá se chovat i hlídat cizími lidmi, celý den se směje.

Byl vzhůru do 22 hodin poté usíná v šátku na břicho maminky. Celou noc spí spolu s rodiči ve stanu v korbíce kočárku, vzbouzí se až v 7 hodin ráno, hladý.

Koupání

Při vkládání do vaničky nebrečí, těší se do vody směje se a kroutí. Bouchá do hraček ve vaničce. Stejně jako minulý měsíc kope nožičkami do vody a vříská a směje se u toho.

7.4 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Zvedání hlavy v lehu na zádech

Dítě leží na zádech, chytne se za naše prsty, dospělý trochu zatáhne, dítě zvedá hlavu a přitáhne ji k bradě, (cvik provádím 1 denně, 4x).

2) Přitahování se do sedu, stoje

Dítě ležící na zádech se chytne prstů dospělého, který vytahuje dítě do sedu, poté do stoje, (cvik provádím 2x denně, opakují 2x).

(Příloha obraz 12).

3) Vis ve stoji s oporou o břicho dospělého

Dospělý sedí, dítě je otočené obličejem k nám, když se chytí našich prstů, zatáhneme. Dítě se vzepře nohama o břicho dospělého a nadzvedne se, poté dítě posadíme. (cvik provádím 2x denně, opakují 4x).

(Příloha obraz 17).

8. Pozorování v 5 měsíci

Tato kapitola obsahuje, zejména vývoj motorických funkcí, (je zde přidán vývoj plazení, protože už jsou zřejmé pokroky), dále jsou zde popsány 3 nové cviky.

Váha: 7150 g.

Výška: 73 cm.

8.1 Motorický vývoj

Poloha v leže na zádech

- Odstrkáváním a otáčením se dostává z jednoho konce postele na druhý.
- Hraje si s nožičkami, dává si je do pusinky.
(Příloha obraz 19).
- Když se chytne svých rukou, vzepře se tak se sám vytáhne do sedu.
- Nestačí mu polosedět na mamince, sám se vytahuje do sedu a sedí.
- Ze zad na břicho už se nepřevaluje, zůstává na boku.
- Na začátku měsíce se Matěj z boku zvedá nad podložku, jakoby si chtěl sednout.
- Na konci měsíce se sám vytáhne do polosedu z polohy na boku, ale hned padá.
- Leží na boku opřen o loket a hraje si s hračkami.

Vývoj plazení

- 1) Dává kolínka pod sebe, vystrkuje zadeček (neposouvá se, neví jak dát ruce dopředu).
- 2) Leze pozadu. Pokud se chce dostat ke vzdálené věci lehne si na břicho a natahuje se k ní dokud ji nenahmatá, jen někdy pod sebe dá kolínka, aby si pomohl.
- 3) Zvedne se na čtyři končetiny a péruje.

Koordinace ruky

- Přendává si hračky z ruky do ruky.
- Hraje si se dvěma hračkami najednou (má v každé ruce jednu hračku).
- Drží si lahvičku s jídlem.
- Při jídle si bouchá jednou ručičkou do hlavičky.
- Chytá řetízky a snaží se je roztrhnout.
- Sahá na stůl a bere z něj věci.

8.2 Smyslové vnímání

Zrak

- Při přendávání hraček z ruky do ruky je otáčí a pozoruje.
- Fascinuje ho televize, zejména reklamy. Fascinace televizí podle mého názoru z vývojového hlediska není dobrá. Televize je jen náhražka, když si dítě nemůžeme všimat. Pokud se dítě nekouká na televizi s rodiči, kteří mu vysvětlují co se tam děje, nemůže pochopit, co je správné a co ne. Matěj velice rychle přestává vnímat co se děje okolo. Ponoří se do sledování televize, také přestává komunikovat.
- Vědomě pouští věci a pozoruje jejich pád.

Sluch

- Pořád se otáčí za zvukem a hledá zdroj zvuku.
- Pusinkou dělá puf, puf, chrčí, bublá.
- Už skoro nevydává nesmyslné zvuky.

8.3 Sociální chování

- Nebojí se být v náručí cizích lidí. Hraje si s nimi, po chvíli se od nich nechá vyházet do vzduchu, směje se při tom.
- Přes den spí jen dvě hodiny, ráno se budí v šest. Dožaduje se přenesení do postele rodičů, kde ale ještě usíná a spí do půl osmé.
- Od tohoto měsíce začíná maminka jako uspávací rituál číst hlavně pohádky, předtím jen zpívala.

Koupání:

- Více ho zajímají hračky ve vodičce, honí je po hladině, hladí vodu.

8.4 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Letadélko

Dítě leží na bříšku s hračkou před sebou. Hračka je ale za hranicí dosahu dítěte, tím jak se dítě po hračce natahuje, současně upaží i předpaží, (opakuji 3 x denně 1 x).
(Příloha obraz 16).

2) Pivotování na bříšku

Dítěti dáme hračku k boku tak, aby se muselo otočit, pokud se chce hračky zmocnit, (3x denně, opakuji na každou stranu 2x).
(Příloha obraz 22).

3) Kroužení

Dítě vezmeme v podpaží tak, abychom je byli schopní bezpečně zvednout nad hlavu. S dítětem vytváříme oblouk. Dítě je pořád ve vodorovné poloze. (1 x denně, 3 x opakuji).
(Příloha obraz 18).

9. Pozorování v 6 měsíci

Tato kapitola obsahuje popis motorického a smyslového vývoje dítěte, je zde znovu přidán další pokrok v plazení, dále je zde patrná změna v sociálním chování dítěte, k cvičení se přidává pohybová aktivita v podobě plavání.

Váha: 7150g

Výška: 73 cm

9.1 Vývoj motoriky

- Hopsá na noze rodičů a prarodičů, pokud ho držíme za ručičky, nebo v podpaží.
- 20.6.2008 Poprvé si sám sedl z polohy na boku, (zvedl jednu nožičku a sedl si).
Od této doby sedí pevně.
(Příloha obraz 23).
- Nevydrží na přebalovacím pultě v poloze na zádech, pořád se hýbá a otáčí se na bříško.
(maminka se musela naučit oblékat a přebalovat v poloze na bříšku, která je Matějovi příjemnější).
- Ze sedu jde hned do pozice plazení, neustále se chce hýbat nevydrží na jednom místě.

Pokračování vývoje plazení

- 4) Zvedne se na čtyři, rozhoupe se a vymrští (někdy dá blíž jedno kolínko a protilehlou ručičku dopředu).
- 5) Plazí se tak, že se zvedne na čtyři, posune kolínka dopředu, rozhoupe se a skočí, přitom se odstrčí špičkami.
- 6) Matěj se plazí, přitahuje se rukama jako voják, po čtyřech se plazí jen pokud je před ním překážka.

Koordinace ruky

- Rozebere hrazdičku.
- (Příloha obraz 20).
- Bouchá věcmi o sebe.
- Bere do rukou různě velké věci.
- Strhává věci které visí nad ním.

9.2.Smyslové vnímání a počátky řeči

Zrak

- Plazením se přesouvá k věci kterou vidí a chce jí.
- Hází záměrně věci na zem a pak je zvedá, (dopláží se pro ně a zvedne je).
- Odstrkává hračky a pak se k nim zase dostává plazením, natažením. (Dokáže se k hračkám dostat přes celý pokoj.)
- Fascinuje ho mobil.

Sluch

- Po zapnutí hudby si více brouká.
- Upozorňuje na sebe výskotem.
- Vytváří nic neznamenantující hlásky: ej, eb, ah, ea, ga, aga, ja, uga, hé.
- Vzdychá, zívá nahlas.

9.3 Sociální chování

- Matka odnáší Matěje od věci, s kterou si nesmí hrát, v této situaci se Matěj rozčiluje a kňourá.
- Před cizími lidmi se předvádí tak , že výská, při odchodu návštěvy se Matěj nechce loučit. Nekouká ani na známé lidi, otáčí hlavičku, tak aby od prarodičů nedostal pusu.
- Dokáže udělat Ahoj (zvedne ruku a zamává).
- Velmi často si brouká a výská.
- Bolí ho zoubky, je ubrečený a smutný.

Koupání

- ve vaničce pořád jen kope nožičkami, cáká rukama, má radost když pocáká maminku.

9.4 Plavání

První lekce kurzu plavání

Matěj cáká nejvíce z dětí. Plaveme ve skupině pěti dětí s matkami a jednou cvičitelkou.

Matěj poprvé vidí bazén, chová se zvědavě, během plavání má radost z pohybu i vody.

V bazénu je s babičkou, nejdříve mu to vůbec nevadí, jen hlídá pohledem jestli je maminka pořád u bazénu. Babička s Matějem zakopne. Matěj má šok, začne brečet.

Chvilku je s maminkou venku z bazénu, poté se uklidňuje a jde zase plavat s babičkou, ale už si není tak jistý, chvilkami poplává.

Poslední chvilku zase brečí, uklidňuje se až u maminky v náručí, kde se začíná se smát.

Po 10 minutách usíná. Doma je upovídaný a spokojený.

9.5 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Sahání po hračkách umístěných výš

Dítě je v poloze na bříšku, dospělí stojí před ním, v ruce má hračku.

Tuto hračku dá dítěti na jednu stranu, aby na ni dítě dosáhlo jednou rukou, (cvičím 2x denně, 3x opakuji na každou ruku).

(Příloha obraz 30).

2) Zvedání a spouštění ve vodorovné pozici

Dítě držíme v podpaždí, zvedneme je vysoko nad sebe hlavičkou otočenou k našemu obličejí. Pak dítě spouštíme k našemu obličejí, (cvičím 4x denně, 4x opakuji).

(Příloha obraz 21).

3) Nošení na předloktí

Dítě leží bříškem na našem předloktí a v této pozici pozoruje okolí.

(cvičím 5x denně, opakuji).

9.6 Závěr

V motorickém vývoji je Matěj oproti ostatním dětem více vyspělejší podle Jaroslava Kocha (1986) děti začínají připravovat na lezení, až v 7 měsíci. Matěj se začíná připravovat na lezení již v 5 měsíci, přesto je vývoj přiměřený. Jaroslav Koch uvádí, že se děti učí lést před tím, než sedí. Matěj se tyto dvě důležité motorické dovednosti naučí zároveň během 6 měsíce. Spolu s výrazným pokrokem motoriky, se rozvíjí i řeč, Matěj rozumí jednoduchým příkazům a začíná broukat. Další vývoj se projevuje v sociálním chování, Matěj začíná prosazovat vlastní vůli, začíná se rozčilovat, odmítá rozloučení, doteky. Je zde také výrazné přimknutí ke mně, (mne dovolí doteky a pomazlení, i když to odmítá od ostatních lidí). Všechny tyto změny jsem ve vývoji Matěje v normě, jen ve vztahu k ostatním dětem přišly tyto změny o dva měsíce dříve.

10. Pozorování v 7 měsíci

Tato kapitola popisuje vývoj motoriky, smyslů a sociálního chování mého syna, popis druhé návštěvy plaveckého kurzu, popis třech nových cviků pro tento měsíc.

Váha : 7800g.

Výška : 74 cm.

10.1 Vývoj motoriky

- Začal sedět na kolínkách se zády vzpřímenými, předtím používal hlavně překážkový sed.
- Při zvedání za ruce z pozice na zádech si již nesedá, ale rovnou se postaví.
- Když ho pustím, tak se udrží chvilku na nohou a nespadne.
- Hraje si hlavně v sedě moc se nepřesouvá, jen k hračce nebo věci, která ho zajímá.
- 21.7. Poprvé si stoupnul sám v postýlce (o 14 dní dříve než maminka).
- 25.7. Si sám ze stoje sedl (pustil se jednou rukou, druhou se přidržoval postýlky).
- 27.7. V postýlce se přesouvá se z jednoho konce na druhý tak, že dělá maličkaté krůčky a drží se oběma rukama okraje postýlky.
- Zvedne se do stoje a drží se postýlky jen jednou rukou.
- Leze už jenom po čtyřech.
- Zvedá se u nábytku ale nechodí.

Koordinace ruky

- Bouchá pěstí.
- Plácá do věcí.
- Bere do ruky i malé věci a hraje si s nimi.

10.2 Smyslové vnímání a počátky řeči

Zrak

- Místo pozorování věcí je olizuje.
(Příloha obraz 24).
- Fascinují ho zvláštnosti hraček, dává si před sebe různé hračky, a pak si je postupně prohlíží.
- Pokud uvidí jídlo, hned ho vyžaduje (bouchá do stolu a říká amam).

Sluch

- Na hudbu reaguje zběsilým poskakováním v postýlce.
- Hraje si s chraстítkem chvíli pomalu, chvíli rychle.
- Říká he, huhu, ble, be, beuba, bababa, dada.

10.3 Sociální chování

- Hraje si s rodiči tak, že se střídají v bouchání do polštáře.
- Vezmu Matějovi dudlík, aby ho Matěj dostal zpátky řekne há.
- Matěj řekne he když něco ukořistí.
- Jídlo = amam.
- Umí dej, na, ham, plác, buch.
- Má oblíbeného plyšového psa (tulí se s ním, když je unavený a chce spát, nebo když pláče).

Koupání

- Ve vaničce si sedne na kolínka, chvíli si hraje s kachničkou, poté si lehá a začíná zase plácet a kopat do vodičky.

10.4 Plavání

Druhá lekce kurzu plavání

V šatně je poprvé sám bez mne, odložený je v postýlce se synem sousedky.

Maminka se odběhla vysprchovat, děti hlídá sousedka. Po chvílce Matěj brečí a chce chovat.

V bazénu znovu cáká a je veselý, při podplavávání konvičky s vodou, se konvičku snaží chytit, kouká se bez strachu do proudu vody. Bojí se nafukovacího kruhu, musí mi pomoci cvičitelka. Matěj se poté uklidňuje a usmívá se, ohmatává nafukovací kruh.

Poprvé jsem polévali obličej vodou, Matěj je naprosto klidný a usmívá se. Není tak unavený jako poprvé, spí jen chvíli v autě.

10.5 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Přelézání přes dospělého ležícího na boku

Dítě je stimulováno hračkou, aby přelezlo přes bok dospělého. Hračka je vždy ukazována na druhé straně než je dítě, (1 x denně opakuji na každou stranu 3 x).

(Příloha obraz 26).

2) Vylézání na schody

Dítě je stimulováno zavoláním, položením hračky na další schod, aby vylezlo na schod, (cvičím 2 x denně opakuji po celé délce schodů tedy 10 x)

3) Zpevňování sedu

Sedícímu dítěti podáváme hračky ze všech stran, aby se v sedu pohybovalo, (cvičím 4 x denně, z každé strany 1 x).

10.6 Závěr

V tomto měsíci se výrazně rozvíjí porozumění řeči, Matěj vytváří svá první slova, která mají význam. Dále se vyvíjí motorika, Matěj pevně stojí, dokáže se zvednout u mříže postýlky, nebo u nábytku. Stále používá lezení, ale pouze pro přesun k nábytku u kterého se zvedá. Matěj je stále ve vývoji napřed oproti ostatním dětem.

11. Pozorování v 8 měsíci

Tato kapitola obsahuje motorický, smyslový a sociální vývoj mého dítěte. Od tohoto měsíce, je vidět větší vývoj sociálních dovedností, menší odklon od motorického vývoje. Dále jsou zde popsány 2 lekce plavání, přidané tři nové cviky a popis chování mého dítěte na svatbě švagrové.

Váha: 8100g

Výška: 78 cm

11.1 Vývoj motoriky

- Sám si vezme čajíček do rukou a pije z něj, nechce ho přidržovat.
(Příloha obraz 27).
- Sundá si kalhoty, tak že se z nich vysouká.
- Snaží se věci rozebírat (ohrádka, video).
- Snaží se postavit sám, opírá se o hlavičku napíná nohy, ale po chvíli si zase sedne nebo se překulí.
- Kouše do věcí.
- Umí pít ze skleničky, po chvíli se polévá, (neumí držet skleničku správně).
- Vyleze do patra po strmých schodech bez pomoci.
- Sleze z postele sám po nohou, takže se postaví na zadní a otočí se zadečkem ke konci postele, (do té doby slézal jen po hlavě).

koordinace ruky :

- Sám si podá dudlík, přitažením peřinky na které dudlík leží.
- Bouchá lžící do pokličky, pokličkou o pokličku,
- Dělá paci paci, jak je velký
- Pořád odhazuje věci a vyžaduje jejich podávání, sám je aktivně hledá.
- Chytá jeden vlas, trávu, jehličí mezi ukazovák a palec, (pinzetový úchop ruky).
- Vyplivuje dudlíček, předtím ho vyndával ručičkou.

11.2 Smyslové vnímání a počátky řeči

Zrak

- Fascinují ho kytky, ohmatává je.
- Když někdo odejde ven, Matěj se otočí k francouzským dveřím, protože ví, že tam toho člověka uvidí.
- Snaží se pít z kelímku na hraní, protože vypadá jako sklenička.
- Při stání otevírá a zavírá ručičku, hýbá prsty, hladí si prstem dlaň.
- Když leží vedle mne prohlíží si můj obličej, a pak mne tahá za řasy, obočí a rty.

Sluch

- Snaží se opakovat co říkáme, zejména melodii slov.
- Kašpárek je kaka.
- Říká haf, táta, ga, baba, vek.
- Matěj mne přivolává tím, že začne dělat zvuk ah, heh nebo skáče v postýlce, (většinu kombinace skákání a zvuků).
- Když se Matějovi něco nelíbí tak se mračí a mrmlá, (vydává rychlé, našťvané zvuky, zejména vysoké tóny).
- Poslouchá zvuk, který vydává boucháním do pokličky.

11.3 Sociální chování

- Má rád psy hned ke každému běží a chce ho pohladit.
- Hrajeme si na honěnou, a na pejska Matěj se u toho směje.
- Hrajeme si na schovávanou (pod plenkou je schovaná hračka a Matěj plenku strhává).
- Tatíkovi a mamince dává pusinku, jen když chce sám, jinak se brání, (dává hlavičku pryč nebo nás odstrkuje).
- Natahuje ruce, takto poznám, že chce do náruče.
- Zakuckal se, matka to po něm zopakovala, to Matěje rozesmálo, od té doby je ze zakuckání vtip, (zakuckání opakuje a očekává smích od ostatních).
- Pokud Matěj vidí jídlo vyplivne dudlík, začne dělat mlaskavý zvuk a natahovat ručičky.
- Stydí se (před cizími lidmi se Matěj schová mámě mezi nohy, předtím se otočí zády k neznámému člověku, po chvíli se osměluje). Začne si člověka prohlížet a pak k němu jde.
- Hodně si povídá obzvláště, ve chvílích samoty, (rád si sedá do koutu postýlky, nebo zády k lidem a sám si hraje a povídá si).
- Když si ho nevšímáme, zejména ve společnosti, upozorní na sebe zakřičením.
- Pokud jsem pryč tak se za chvíli rozberečí, ale jakmile mne uvidí, uklidní se.
- Když mne nevidí delší dobu, tak hned jak přijdu, vykřikne radostí a spěchá ke mně.
- Sám od sebe se rozesměje, (např. hraje-li si sám v koutku postýlky).
- Dává mi ochutnávat jídlo.
- Plyšový pejsek je stálý společník.
(Příloha obraz 28, obraz 29).
- Uspávací rituál, usíná už jen v náručí (má rád zpěv, ale nevyžaduje ho, čtu Matějovi pohádky nebo zpívám).

Koupání

- Matěj se neustále snaží zvedat ve vaničce do stoje, je neklidný, když se alespoň dvakrát nepostaví ve vaničce. Hračky ho nezajímají, procvičujeme potápění.

Svatba švagrové

(Popis situace, velká slavnost, přítomnost 150 lidí, kapely hrají, až do 4 do rána, přítomnost 20 dětí různého věku).

Hlavně po ránu Matěj kňourá, (bolí ho zoubky). Během dne se bolest zlepšuje.

Nechce být v kočárku, je mu tam velké teplo. Nevadí mu být v náručí u cizích lidí, nebo být v kočárku, pokud je svlečený, také musí být otočen k činnosti, kterou provádí maminka nebo tatínek, kteří organizují svatbu.

Nevyžaduje naši pozornost, protože vidí co děláme, (např. maminka připravuje výzdobu na stoly, připravuje mísy, tatínek vaří). Holčička Matějovi sebere flaštičku s pitím a pije.

Matěj ji chvíli pozoruje, pak stahuje ručičky a chce svou flaštičku, i když nemá žízeň.

Několikrát půjčuje hračku, jiným dětem, po chvíli ji chce zpátky. Naprosto klidně si ji vezme zpět pokud to jde, když druhé dítě nechce hračku vrátit, snaží se ji vytrhnout nebo zaječí. Chce být pořád v přítomnosti dětí, hladí je a prohlíží si je. Mezi tolika lidmi se předvádí, spolu s jednou holčičkou tancuje na pódiu, (maminka ho drží za ručičky, Matěj se kroutí do rytmu pohybuje hlavičkou). Dělá paci paci, jak je velký.

Večer usíná v obvyklou hodinu, spí venku v kočárku, babička u něj sedí. Matěj se ani jednou neprobudí, i když venku hraje kapela, (což znamená, že je venku veliký hluk).

11.4 Plavání

Třetí lekce plavání

Dnes je voda v bazénu teplá, na plavání s námi šel tatínek, který se celou půl hodinu kouká u bazénu. Matěj ve vodě neustále cáká, povykuje, několikrát zavříská radostí.

Pořád se dívá na tatínka (předvádí se před ním). Při ponoření už není tak překvapený, ale neusmívá se. Přidán nový cvik, cvičitelka dává na vodu velkou desku, po které mají děti přelézt k mamince do náruče. Matěj se nejdříve chce zvednout na nohy do stoje, to se mu nedaří. Takže normálně přelézá po čtyřech, vůbec se nebojí, i když se deska pohupuje po vodě. Po plavání ukazuje Matěj tátovi hernu a chce si chvíli hrát.

Usíná až doma.

Čtvrtá lekce plavání

Matěj je v šatně v postýlce spolu s ostatními dětmi, jakmile máma odchází na záchod Matěj se rozbřečí, uklidňuje se, až když maminka přijde. Cvičitelka si během plavání chce vzít Matěje k sobě. Matěj se odvrátí a přitulí se ke mně, (do této doby mu vůbec nevadilo být u cvičitelky a plavat s ní). Ve vodě moc neplave chce být co nejbližší mému tělu.

Málo cáká je velice opatrný. Poprvé se potápíme, po potopení vypadá, že začne brečet, ale nakonec se nerozbřečí. Jedna z holčiček začne cákat směrem k Matějovi, Matěj začne cákat na ni a přitom se směje. Po plavání je velice unavený v autě ihned usíná. Dnes děti měli novou hru sbírají balonky ve vodě a drží si je během plavání, po chvíli je dávají zpět do kyblíčku.

11.5 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Samostatné postavení u stěny

Povzbuzujeme a motivujeme dítě, aby se stavělo tam kde se nelze zachytit rukou, (např. Pověšíme hračku u stěny), (cvik cvičím 2x denně, opakuji 2x).

2) Zvedání předmětů

Položíme před dítě na zem hračku se kterou si rád hraje, a tím ho motivujeme k podřepu a získá hračky, (cvik cvičíme 4x denně, opakuji 2x).

3) Přenášení váhy na jednu nohu

Dítěti umístíme hračku mimo dosah na jednu stranu, dítě se při pokusu o získání hračky naklání na jednu stranu (cvičím 4x denně, opakuji na každou stranu 3x).

11.6 Závěr

Vývoj hrubé motoriky v tomto měsíci ustupuje, začíná se zdokonalovat jemná motorika. Úchop Matějovy ruky je klešťový, sám pouští věci. Podle Jaroslava Kocha je dovednost pouštění věcí velice těžká, dítě se ji naučí, až koncem 11 měsíce. Díky pohybovému talentu tuto dovednost Matěj zvládá již v 8 měsíci, je tedy stále napřed před ostatními dětmi, co se motorických dovedností týče. Sociální vývoj Matěje je v normě, nastává zde změna v chování Matěje, začal se stydět před cizími lidmi. Matěj tímto chováním vyjadřuje strach z neznámého. Schová se ke mně, protože se u mne cítí v bezpečí. Pouze v případě, že Matěje podpořím, (začnu si s člověkem v klidu povídat). Matěj se osměluje a začne komunikovat také, tento vývoj je v normě. Matěj se chová jako ostatní děti v jeho věku. Je zde změna ve vývoji řeči, Matěj začal opakovat opravdová slova, zatím je neužívá k pojmenování určité věci, ale vyslovuje je správně, povídá si sám se sebou. Svatba byla pro Matěje velký zážitek. Z chování Matěje bylo patrné jak moc má rád společnost, (byl klidný, zvědavý, nevadilo mu hlídání cizích lidí, předváděl co umí). Překvapilo mne, že i když zejména po ránu byl chaos a všichni jsme byli nervózní, Matěj klidný a usměvavý.

12. Pozorování v 9 měsíci

Tato kapitola obsahuje motorický, smyslový a sociální vývoj mého dítěte. Je zde patrná změna chování, (rozčilování, hledání hranic), v tomto měsíci je na stejné úrovni motorický vývoj i sociální, popisují zde další lekci plavání, dále nové cviky, které provádíme.

Váha:8400g.

Výška:81cm

12.1 Vývoj motoriky

- Skáče v postýlce tak, že se drží jen jednou rukou.
- Kroutí se do rytmu hudby.
- Vyzouvá si boty.
- Pohupuje se v sedě dopředu a dozadu, tento pohyb se mu líbí často ho opakuje.
- Rád přelézá mámu a tátu.
- Stojí v postýlce, drží se jí a pak se pustí, pak se zase drží a pustí.
- Když hopsá a drží se postýlky střídá nohy, (nejdřív hopsá po levé, pak po pravé a sleduje co dělá), kroutí se u toho.
- 15.9 chodí s maminkou která ho drží za obě ruce, dlouho nevydrží, po chvíli se začne klátit.
- 25.9 chodí když ho držím v podpaží. Takto obejdeme dům, neklátí se.
Nenechám ho chodit dlouho.

Koordinace ruky

- Hází věci a snaží se je chytat.
- Hází s věcmi jen rovnoběžně, neumí je vyhazovat nahoru.
- Podává věci.
- Píská si s kačenkou.
- Položí si hračku, knížku do rohu postýlky aby mohl dosáhnout do knihovny a vytahovat knížky.
- Pořád tahá za záclony, ubrus, závěsy.
- Hraje si s tátou, přetahují se o plenku, pokud Matěj nemůže plenku vytrhnout jednou rukou, použije i druhou ruku.
- Umí bubnovat.

12.2 Smyslové vnímání a počátky řeči

Zrak

- Začal si sám prohlížet knížky a otáčet listy.
- Hodně pozoruje své nohy, když skáče nebo chodí.
- Nezajímají ho moc hračky spíše si prohlíží věci které používají rodiče.
- Odstranili jsme dvě mřížky z postýlky, aby mohl Matěj vylézt ven z postýlky sám.
(Držela jsem hračku, přibližovala jsem se k díře, která vznikla v postýlce). Matěj se vydal pro hračku, když se dostal k díře nejdříve se zastavil nechtěl jít dál. Poté nejdříve strčil hlavičku do otvoru, překvapeně se podíval a prolezl. Od té doby sám vylézá z postýlky.
(Příloha Obrázek 31).
- Hází s malým kastrůlkem, aby se točil.
- Najde si kačenku mezi ostatními hračkami, míček a kelímek, jsou to oblíbené hračky.

Sluch

- Da=dej, ka= koukej co dělám.
- Ege= ještě, Eme= moje.
- Na slovo tanini se začne pohupovat, i když neslyší hudbu.
- Řekne máma, táta, bába, ne na konkrétní osobu, tento měsíc si spíše zase hraje s hlasem, bublá, chrčí.
- Dělá brbrbrbr= prstíčkem si přejíždí přes pusku.

12.3 Sociální chování:

- Začíná se rozčilovat, takže bouchá ručičkami o stůl, podlahu, zlobí se na mne a odmítá kontakt v té chvíli, (př. odnesu věc s kterou nechci aby si hrál, Matěj si sedne do postýlky nebo na zem, začne bouchat ručičkami a křičet, nechce do náruče odstrčí mne).
- Začal si vybírat jídlo, to které mu nechutná odstrkuje, zavírá pusou.
- Při hlídání je klidný, vůbec se nerozčiluje, je spíše unavenější, po příchodu maminky, náhle ožije a začne lumpačit.
- Chodí si pro knížky, maminka mu říká co je na obrázcích, na které Matěj ukazuje, při této činnosti je velice klidný.
- Začal maminku hladit, jako projev lásky, už to není projev zkoumání.

Koupání

- Několikrát ve vodě brečí, bojí se vody, (dala jsem poprvé pěnu do vaničky).
Matěj se bojí, protože není vidět na dno vaničky. Když odhrnu pěnu je Matěj ochotný vstoupit do vody, je velice opatrný, nechá se jen namydlit, opláchnout, pak chce ven z vody.

12.4 Plavání

Pátá lekce plavání

Před vstupem do bazénu chtěl jít Matěj k cvičitelce do náruče. Voda byla teplá.

Matěj byl spokojený pořád se smál. Poprvé si povídal, tleskal dětem, kteří se potopili.

V jedné chvíli si cvičitelka vezme Matěje a plavou spolu.

Matěj mne sleduje, uvědomuje si, že jsem za nimi. Na cvičitelku se usmívá.

Dnes jsme používali kruh, kde se Matějovi moc líbilo. Z madrace dnes měli děti skákat do vody za maminkou, (dítě bylo v poloze v sedě, cvičitelka dítě rozhoupala, poté hodila mamince). Tato hra se Matějovi moc líbí, vříská a směje se. Dnes při polévání konvičkou uhýbá vodě, pak se celou cestu kolem bazénu kouká co se děje s ostatními dětmi.

Když ho pohladí holčička po ruce nejdříve ucukne, ale pak ji hned pohladí také a zacáká na ni, holčička mu odpoví také cákáním. Po plavání je velice živý a usměvavý.

12.5 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Uchopování předmětů v pohybu

Dítěti podáváme hračku, než ji chytne tak s ní malinko ucukneme.

Toto děláme dokud se dítě směje, jakmile začne být nevrle hračku mu dáme, (cvičím 1 x denně).

2) Uchopování předmětů v nádobách

Dítěti dáme hračku do velké nádoby a necháme ho si ji vzít. Postupně ztížíme přístup k hračce, tím že vkládáme hračku do menších nádob, (cvičím 2 x denně).

3) Bubnování

Dítěti ukážeme jak se bubnuje (třeba vezmeme kastrol a lžičku), necháme dítě, aby bubnovalo samo, (cvičím 3 x denně).

12.6 Závěr

V tomto měsíci, přichází útlum vývoje řeči a motorických dovedností. Tento útlum, dává možnost rozvoji sociálních dovedností. V tomto měsíci se Matěj začíná začleňovat do společnosti, chápe příčinu a následek svého chování a hledá hranice, které mu umožňují správnou orientaci v sociálním prostředí. Je zde patrný boj mezi mnou a Matějem, který hlavně ve vztahu ke mně jako nejbližší osobě zkouší vlastní vůli a prosazení. Toto je patrné ve formě protestu (odmítá doteky, jídlo, truceje).

13. Pozorování v 10 měsíci

Tato kapitola obsahuje popis motorického, smyslového a sociálního vývoje mého dítěte. V tomto měsíci je patrnější znovu motorický vývoj. Změna sociálního chování, (větší přilnutí k matce). Popisuji zde další dvě lekce plavání, 3 nové cviky.

Váha:8700 g.

Výška:82 cm.

13.1 Vývoj motoriky

- Když stojí a chce si sednout, pomalu se ohne v pase a sesune se na zem.
- 12.10. udělal první tři kroky k mamince a tři kroky k tátovi.
(Příloha obraz 34).
- Začal chodit, drží se nábytku a chodí podél něj, na konci se otočí a jde nazpět.
- Když jdeme za ručičku, lehce se přidržuje mé ruky.
- Zkouší nové zuby, vyrostly mu dva nahoře, okusuje postýlku, hračky, rodiče.
- Začal šplhat na židle, ještě na ně ale nevyleze, jsou moc vysoké.
- Vyšplhá se sám na gauč.
- Pořád se předklání a zvedá se.
- Když chce někam kam nedosáhne, vyhoupne se na špičky a pověsí se za ruce.

koordinace ruky

- Mačká na hračce, která hraje taková tlačítka, u kterých chce slyšet zvuk.
- Nandá a sundá si čepici.
- Protahuje ruce do trička..
- Protahuje ruce do bundy.
- Kelímky dává do sebe.
- Postaví věž, pak ji rozebere.
- Vezme si věc, dá ji před sebe a tlačí ji po zemi.

13.2 Smyslové vnímání a počátky řeči

Zrak

- Dává do otvorů prsty, předměty.
- Schovává si do kelímku dudlíček.
- Kutálí míček po podlaze a pozoruje ho.
- Podlézá stoly, židle, nebouchne se při tom do hlavy, vidí, že se tam vejde.
- Zpozorní při reklamách s dětmi, zaujmou ho kreslené pohádky.
- Prohlíží si obrázky na flaštičce, vezme knížku a prohlíží si obrázky.

Sluch

- Reaguje na hudbu, pohupuje se v kolínkách do rytmu, přešlapuje z nohy na nohu, začíná bubnovat do rytmu.
- Když mu maminka podá něco co chce řekne kju= děkuji.
- řekl deda, mama je už konkrétní osoba, ale volá mne, jen pokud je v úzkých.
- Udělá indiána, (otevře pusinku, zakryje ji ručičkou a vydává zvuk).
- Když řeknu ať udělá koníčka cvaká pusou a mlaská.

13.3 Sociální chování:

- Matěje hlídá babička, prababička, děda, když přijdu domu Matěj chce být už jen u mne, nenechá se pohladit od nikoho jiného.
- Tátovi, babičkám a dědovi, nechce dávat pusinku. Když nechce pohladit ucukává před rukou i pusou, mne dovolí pohlázení, i když nemá náladu na mazlení.
- Poslouchá na příkazy nesmíš, pojď sem.
- Pravidelně chodí na nočník a čůrá do něj, stále ale nosí plenky.
- Začal dělat obličej, když se mu něco povede, (zvedne hlavu a vycení zuby).
- Děda řekl „schováme tu kameru, až bude Matýsek velký." Matěj zvedl ruce, vytáhl se na špičky a řekl da, (už je velký, takže může mít kameru).

Koupání

Pěny se už nebojí, stále je opatrný, když ho dávám do vany. Chvilku si hraje s hračkami.

Už nemůžeme používat vaničku, Matěj se do ní nevejde. Od této doby se koupe vždy s jedním s rodičům z důvodu bezpečnosti, (hluboká a veliká vana).

Ve vodě se chová stejně ať je tam s maminkou nebo s tatínkem. Na konci koupání se vždy potápíme.

13.4 Plavání

Šestá lekce plavání

Dnes je voda studenější, Matěj se nejdříve trochu třese, ale rychle si zvyká. Začne zase cákat.

Zpíváme nanana, Matěj také zpívá nanana. V poloze na bříšku se odráží nohama,

(nohy má jako, když plaveme prsa). V poloze na zádech se odráží nohama a zaklání hlavu.

Je velice spokojený, jako jediný si dnes brouká. Snažil se posbírat co nejvíce míčků, házel je do kyblíčku a smál se. Po plavání, je trochu promrzlý, usíná v autě.

Sedmá lekce plavání

Dnes je voda teplá, zase cáká nejvíce ze skupiny. Při potápění dnes cvičitelka posílala dítě pod vodou mamince. Při plavání s kruhem se Matěj kruhu neustále držel. Bavilo ho točení, když byl v kruhu. Dostali jsme velký balon, ten Matěj držel celou dobu oběma rukama, ani jednou mu nevypadl. Cvičitelka dnes tahala děti za velkou obruč přes celý bazén k maminkám. Matějovi se tento cvik líbil, dožadoval se opakování. Dnes na konci plavání sedí všechny děti na plošině, maminky je houpají a otáčejí plošinou. Při tomto cviku se Matěj opírá o maminku a tulí se k ní. Po plavání není unaven. Doma neusíná, hraje si s maminkou a je spokojený.

13.5 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Vyprazdňování nádob, plnění nádob

Dítěti dáme několik věcí do krabice, necháme ho je vyndat a krabici zase naplnit, (oblíbená Matějova hra, cvičím 6x denně).

(Příloha obraz 32).

2) Pomalé pokládání předmětů

Dítěti dáme, menší předmět. Nejdříve dítěti ukážeme jak má předmět pomalu postavit. (cvičím 3x denně).

3) Posazování se na židličku za stolečkem

Dítě postavíme ke stolečku a vyzveme ho, aby si sednul na připravenou židličku.

Dítě se úkroky dostane k židličce a tam se posadí, (cvičím 2x denně).

(Příloha obraz 33).

13.6 Závěr

Matějova váha je v normě, protože není kojen, nepřibírá na váze tolik jako kojené děti. Podle (Gregora, Velemínský ml., 2007) měří chlapci v prvním roce od 70- 84 centimetrů. Matěj v tomto měsíci měří 83 centimetrů z toho vyplývá, že je Matěj podle obecných norem vysokým dítětem. Plavání je pro Matěje čím dál větší zážitek. Spolupracuje při všech hrách v bazénu, zatím se nestalo, že by mu nějaký cvik nešel, nebo ho nebavil. Je velice zajímavé, že se u nějakých cviků Matěj naprosto zklidní a relaxuje. Relaxuje jen při plavání, doma je neustále v pohybu. Relaxace je pro Matěje velice důležitá, a díky plavání jsem zjistila, že Matěj relaxovat umí.

14. Pozorování v 11 měsíci

V této kapitole je popsán motorický, smyslový a sociální vývoj mého dítěte.

Jsou zde uvedeny další cviky, které zdokonalují chůzi dítěte, dále jsou zde popsány 2 lekce plavání.

Váha: 9100g.

Výška: 83cm.

14.1 Vývoj Motorika

- Na začátku měsíce udělá Matěj na zemi tři kroky pak se zastaví, pak udělá zase tři kroky. Už více chodí než leze.
- Sedne si na bobek, zvedne se z něj bez upadnutí.
- Sehne se dvěma způsoby:
 - 1) sedne si na bobek a vezme si věc,
 - 2) ohne se v zádech a věc zvedne.
- Přenáší věci z místa na místo.
- Uklízí věci na svá místa.
- 14.10. začal sám chodit, leze jen když posouvá věci po zemi.
- Chodí se židlí, (tlačí židli před sebou a tak ji někam přesune).
- Kope do míče.

koordinace ruky :

- Otevře tubu s krémem.
- Otevře flaštičku od přesnídávky, zase ji zpátky zašroubuje.
- Hází míček s rozpřahem.
- Hraje si s klíči, dává je do klíčových dírek a odemyká.
- Trhá rád papíry.
- Utírá utěrkou stůl, mete košťátkem podlahu.
- Jí sám lžičkou, (nabírám mu jídlo na lžičku, pak dám lžičku Matějovi, on si ji sám strčí do pusy).
- Míchá lžičkou čaj.

14.2 Smyslové vnímání a počátky řeči

Zrak

- Zapíná, vypíná televizi a kouká co tím způsobuje.
- Rozsvěcí světlo, pozoruje ho.
- Bere věci a schovává si je za sebe, po chvílce je zase po jedné vyndává a rozmísťuje na jim určená místa.
- Objevuje svoje tělo, hraje si s přirozením, s pupíkem, prsy.

Sluch

- Říká táta všem blízkým osobám.
- Opakuje la la la, hehe, jeee.
- Říká keje= kde je, dej, deda= děda.
- Lžička je glglglglg.
- Píská pusinkou.
- Fouká pusinkou (sfoukne svíčku).

14.3 Sociální chování

- Vykaká se, vyčůrá se do nočníku. Pořád mu nevádí mokrá plenka, když se vykaká do plenky řekne ee.
- Při hlídání babiček Matěj spinká, při hlídání dědy Matěj vůbec nespí.
- Vyhledává přítomnost ostatních dětí, chce se jich neustále dotýkat. Dělá všem dětem malá, nechová se vůbec konfliktně. (Když mu cizí dítě sebere hračku, Matěj si dojde pro jinou a hraje si s ní).
- Vyhazuje dudlík a vyžaduje od ostatních jeho podávání, (odhodí dudlík a čeká co se bude dít, když ho někdo po chvílce nezvedne začne říkat dudlu a ukazovat kde je, sám ho nezvedne).
- Krmí rodiče, (drží nám flaštičku u pusy, dává nám do pusy lžičku).

- Začal zlobit:

1) při jídle, hned po prvních lžičkách se zvedá na židličce a vyžaduje krmení ve stoje.

Když mu řeknu, aby se posadil, udělá Matěj obličejík nebo vyplázne jazyk a neposlechne.

Musím být velmi důrazná, aby Matěj poslechl a to se matka musí nejprve naučit.

2) Bouchá do obličeje blízké lidi, když mu to zakážeme, zase udělá obličejík, a bouchá dál.

Pokud mu podržíme ruce bere to jako hru, směje se tomu. Zase musíme být velice důrazní, musíme se také naučit pracovat s hlasem, zejména já mám teď u Matěje menší autoritu.

Koupání

Matěj se začíná chovat ve vodě s tatínkem jinak než z maminkou. S tatínkem si ve vodě více hraje, je neustále na tatínka padá, dožaduje se pozornosti. Když se koupá se mnou, je klidný rád si mi lehá do náruče a relaxuje.

14.4 Plavání

Osmá lekce plavání

Dnes jsme přijeli o pět minut později. Matěj se v prvních chvílích chová normálně, (cáká, usmívá se), po chvílce začíná brečet a je k neutěšení. Dojdu pro dudlík, potom se teprve Matěj uklidňuje, není už veselý a necáká, chvilkami poňukává. Nedává balonky do kyblíčku.

Na plošinu si lehne, ale nechce se plazit za mnou, až když mu ukážu balónek Matěj popoleze.

Po plavání je Matěj velice unavený, bolí ho zoubky.

Devátá lekce plavání

Dnes je voda studená. Můj pocit, že Matěj cáká jen při vyšší teplotě vody se ukazuje špatným. Matěj cáká pořád, nezáleží na teplotě vody, ale na náladě Matěje.

Cvičili jsme zejména potápění dětí. Děti se posílaly pod vodou maminkám, Matěje tento cvik baví, vždy po vynoření se usmívá. Dalším cvikem bylo házení dětí maminkám do náruče, při tomto cviku výská Matěj radostí. Nový cvičicí předmět, maminky s dětmi sedí na pěnovém pásu, na kterém se houpáme, chodíme ze strany na stranu, skákáme.

Matěj se při těchto cvicích uvolněně opírá o maminku a pozoruje ostatní maminky s dětmi. Při chytání míčků Matěj nechce dávat míčky do kyblíčku, musím je tam dávat za něj.

Matěj není zmrzlý, jak bývá po takto studené vodě a chce si v herně hrát. Neusíná v autě, až doma.

14. 5 Cvičení

Podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Chůze po nerovnostech

Pro zdokonalení chůze necháváme dítě, aby chodilo venku na procházce po trávě, do kopce, z kopce. Takto upevňujeme jeho schopnost chůze a rovnováhy, (cvičím 2x denně půl hodiny).
(Příloha obraz 35).

2) Kopání do míče

Nejdříve míč pověsíme, aby dítě zdokonalilo v kopání. Ve chvíli kdy dítě jistě kope do visícího míče, dáme míč na podlahu.
(cvičím 4x denně)

3) Přenášení předmětů

Dítě požádáme, aby nám přineslo židličku, velkou hračku. Tím jak dítě zvedá vyšší předmět vychyluje své těžiště, a tím zlepšuje rovnováhu, (cvičím 2x denně).

14.6 Závěr

Během 10. a 11. měsíce se utvořila pevná vazba ke mně.

Podle (Langmeier, Krejčířová, 2006) tato vazba vzniká kolem 7. měsíce. Vyznačuje se strachem z cizích osob a úzkostí při odchodu matky. Podle této normy se Matěj opoždí, strach z cizích osob se objevuje v 8. měsíci. Úzkost z odchodu matky se objevuje v 10. měsíci. Příčinou tohoto lehkého opoždění je rychlý vývoj motorických funkcí v 6. a 7. měsíci.

15. Pozorování v 12 měsíci

Tato kapitola obsahuje poslední pozorovaný měsíc mého dítěte, jeho motorický, smyslový a sociální vývoj. Je zde popsána poslední lekce plavání, oslava narozenin a návštěva u sestřenky. Jsou zde poslední 3 cvičení, které jsme v tomto měsíci cvičili.

Váha: 9500 g.

Výška: 85 cm.

15.1 Vývoj motoriky

- Chůzi Matěj zrychluje, častěji teď padá, (padá jen do předklonu).
(Příloha obraz 39).
- Zatáčí, otáčí se.
- Už vyleze na židli, aby se dostal tam kam nedosáhne.
- Židli si kamkoliv dopraví, (šoupá před sebou).
- Vyjde schody pokud ho držím za jednu ručičku, nebojí se.
- Rozebere ovladač, vyndá baterky a kryt. Potom dá vše nazpátek.
- Hraje si s podšálky, dává je na sebe a do krabičky kam patří.
- kope do věcí, ne ve vzteku.
- Zapíná, vypíná počítač.
- Zakloní se ve stoje do zadu.
- Slézá z postele a gauče po zadečku nohama napřed.
- Chytá míč do náruče.
- Hází míč do výšky, směrem k člověku, s kterým si hází.
- Dává nabíječku do zásuvky, kabel od luxu také.

Koordinace ruky

- Skládá na sebe kolečka, (nasazuje je na tyč).
(Příloha obraz 38).
- Hraje si s magnety na lednici, (posunuje je, sundává, připevňuje).
- Otevírá skřínky.
- Posouvá sklo na skříňce.
- Dojde do špajzu, otevře dvířka, vezme rohlík, bonbony. Podá mi je a řekne ham.
- Sám se přikryje peřinkou.
- Tahá za sebou hračku na provázku.
- Zatlučí hřebíky na zatlučáče. (Zatlučáček je dřevěná deska s 6 otvory, ve kterých jsou dřevěné špalíčky. Dítě kladívkem zatlučí špalíčky, dokud nevypadnou skrz díru na desce).

15.2 Smyslové vnímání a počátky řeči

Zrak

- Podá mi botu, tričko, bundu, pokud ho poprosím, aby mi je přinesl.
- Pokývá hlavičkou když něco chce.
- Zakrouží hlavičkou když něco nechce.
- Ukáže kde má oči, nos, pusku, ruce, břicho, nohy, hlavu, vlasy
- Jde po posteli, (nerozzná menší hloubku, takže na konci postele udělá ještě dva kroky, nespadne máme velice nízkou postel).
- Sehně se pokud vidí překážku a projde pod ní.

Sluch a řeč

- Líbí se mu více rocková hudba, když jí slyší začne tancovat a skákat.
- Rád poslouchá zvuky aut, motorek, vlaků.
- V lese ho zajímá šumění větru, zpěv ptáků.
- Opakuje zvuky, které vydávají zvířata, (štěká, mňouká, pípá)
- Mačká rodičům nos a řekne tůů.
- Klepe na dveře a řekne t'uk, t'uk.
- Kopne do věci a řekne kop.
- Hodí míč a řekne hop.
- Jde a říká t'ap, t'ap.

- Řekne kde je, co je, co není, je kakaný= pokakaný.
- Ťuká do věcí a poslouchá zvuk který vydávají.
- Dělá a říká tytyty.

15.3 Sociální chování

- Dává si mobil k uchu, chodí s ním, povídá do něj s velice důležitým obličejem.
- Češe sebe a rodiče.
- Velice rád tancuje před lidmi, (vývoj tance: teď už se pohupuje v kolínkách, kroučí zadečkem, zvedá ruce a hýbá s nimi do rytmu, točí se dokola).
- Po pokárání Matěj chodí se svěšenou hlavou a rukama za zády.
- Udělá-li Matěj něco nechutného, (plive, vyplazuje jazyk s jídlem) po pokárání dá ručičky na obličej a zastydí se.
- Když se chce Matějovi spát vezme si polštářek, pejska, peřinku lehne si do postele a podá mi knížku.
- Začal se více rozčilovat. Pokud se mu něco zakáže, lehne si na zem tam kde nikdo není, křičí, bouchá rukama a truceje. Když se uklidní jde k mamince a obejmě ji.
- Začíná také odmítat maminku, někdy je velice nepříjemný a nechce ani obejmout, ani pusinku, ale jen od maminky k ostatním je vřelejší.
- Vezme si skleničku a dělá že z ní pije.
- Chce vše co má maminka, když to nedostane začne brečet nebo se rozčiluje.
- Když vidí, že někdo jí chce hned taky jíst.
- Schová se, řekne kuk a pak se tomu směje.
- Když Matěje pochválím tak si zatleská.
- Pokud se Matějovi něco povede složí ruce do klína a řekne tak.

Koupání

Dá si pěnu do vody, na vlasy šampon. Sám si namydlí stehna, podrží si sprchu a opláchně si je. Namydlí si břicho, přirození. Vyžaduje sprchování místo koupání, nebaví ho sedět ve vaně.

Návštěva tety a sestřenice

Sestřenice je o tři měsíce mladší ještě nechodí, Matěj si celý den se sestřenicí hraje, dostává se na její úroveň, celou dobu leze, nechodí, společně ťukají do věcí, zavírají, otvírají krabici. Sestřenice se rozbrečela, Matěj ji uklidňoval, hladil jí, podával jí hračky.

Sestřenka sebrala Matějovi dudlík, Matěj si přestel hrát a došel si pro něj. Celý den Matěj poslouchá a nerozčiluje se. Nevadilo mu, že jsem si všímala více sestřenky, došel si za tetou pro pomazlení.

(Příloha obraz 36, obraz 37).

Oslava narozenin

Matěj sám sfoukl svíčku na dortu, hrál si se sestřenicí. Byl velice usměvavý, když dostával dárky tak si všímal jen toho, který dostal, ostatní ho nezajímali. (Musela jsem po chvíli co si Matěj dárek prohlédl a pohrál si s ním, dárek odnést, aby mohl dostat další).

Celý den nespala a předváděl se neustále tancoval, užíval si pozornost, lidí okolo sebe.

V jednu chvíli si maminka hrála se sestřenkou, Matěj to zpozoroval, (hned se zvedl ze země, rozběhl se k nám a začal křičet ne, mračil se, nakonec mi dal ruce pryč od sestřenky).

15.4 Plavání

10 lekce plavání

Poslední setkání, potápění dětí pod deskou a posílání maminkám.

Posílání dětí cvičitelce pod vodou. Při tomto cvičení jsem nedokázala Matěje pustit, takže jsem ho nakonec jen potopila a předala cvičitelce.

Děti přelézají dvě plošinky. Matěje nejvíce zajímá spoj těchto dvou plošinek, kde se zastavuje a zkoumá jak jsou spojené, po chvíli přelézá k matce. Poslední cvik házení dětí do vody, Matěj jako vždy vříská radostí a směje se. Po plavání, je rozverný, chce si hodně hrát. Neusíná, jde spát až večer.

15.5 Cvičení

podle Jaroslava Kocha (1986)

1) Chůze stranou, vzad a ve dřepu

Zaměstnáváme dítě hrou s autíčky, vláčky, nebo vozítky, (3x denně).

2) Zasouvání nestejně velkých, mističek do sebe

(Cvičím 4x denně).

3) Kladení menších předmětů na větší

Dvě kostky jedna je větší, dítěti ukážeme, aby menší kostku dal na větší, (3x denně).

15.6 Závěr

Za poslední tři měsíce se Matěj vyvíjel z hlediska motoriky přiměřeně, delší dobu zůstal ve fázi zpevňování stání a krátkých přesunů od jednoho kraje nábytku k druhému. Měsíc a půl chodil hlavně za ruku a neodvažoval se sám chodit. Díky tomuto útlumu se dokázala lépe vyvinout řeč a sociální chování. Stanislav Koch uvádí, že se první kroky objevují u některých dětí v 9-10 měsíci, ale mohou se objevit až v 13-14 měsíci. Do tohoto rozmezí se Matěj dostal a je patrné, že patří do první skupiny dětí. Vývoj Matějovi řeči je lepší podle Jaroslava Kocha. Jaroslav Koch řadí první aktivní slovo do období mezi 9.-15. měsícem. Matěj své první aktivní slovo řekl v 7 měsíci (amam = jídlo), máma řekl poprvé v 10 měsíci takže se řadí znovu mezi první skupinu dětí. Matěj se zejména v posledním měsíci začal učit nápodobou, všechny jeho hry směřovali tímto směrem. Dalším důležitým vývojem prošla samotná vazba matky a dítěte. V těchto posledních třech měsících se Matěj více osamostatňuje a zapojuje se do společnosti, (vyžaduje pozornost všech v jeho okolí a chce potvrzení, že věc dělá správně).

16. Závěr

Cíle vytyčené pro pozorování mého syna po dobu 1 roku byly splněny. V práci jsou podrobně popsány nejdůležitější oblasti vývoje (motorika, smyslové vnímání a řeč, sociální chování).

Potvrdil se předpoklad, že intenzivní cílené podněcování dítěte, pravidelné cvičení vedou k zdravému vývoji dítěti. Díky cílenému cvičení a podněcování se Matěj vyvíjel nejen v normě, některá vývojová stadia přišla dříve.

Motorický vývoj se u Matěje vyvíjel lépe než u většiny dětí. Od pátého měsíce začíná u Matěje vývoj plazení, v šestého měsíce pevně sedí, v sedmém měsíci se sám postavil.

Od devátého měsíce chodí za ruku, v jedenáctém měsíci chodí bez pomoci.

Spolu s motorickým vývojem se vyvíjí řeč, slova začíná tvořit v sedmém měsíci, ve dvanáctém měsíci Matěj zvládá opakovat a používat jednoslabičná slova (kop, hop, kde je, máma, táta, bába, hami...). Psychosociální vývoj je také v normě, protože se vyvíjí v období kdy ustupuje motorický vývoj, je lehce opožděn od průměrného vývoje dětí. Matěj má od prvních měsíců pohyb velice rád, těší se na cvičení a postupem času sám pohyb vyhledává.

Na konec chci uvést další vývoj mého dítěte po prvním roce pozorování. Je zde vidět, že vývoj je pořád přiměřený, z pohybového hlediska je Matěj pořád mezi nadanějšími dětmi.

Mému synovi jsou 2 roky, ve 13 měsíci začal čmárat, v 18 měsíci načmáral poprvé kolečko.

Ve 14 měsících se naučil jezdit na plastovém odrážedle a přešel z postýlky na postel.

V 1,5 roce udržel rovnováhu a naučil se jezdit na kovovém odrážedle.

O měsíc později se naučil jezdit na koloběžce. Je zde sice otázka na kolik je tento vývoj dítěte předurčen geneticky, a na kolik mou výchovou. Myslím si, že díky pohybovým cvičením byl můj syn motivován a veden k lásce z pohybu, navíc dnes už vím, že můj syn velice pohyb potřebuje, je po fyzickém výkonu, klidnější a spokojenější.

17. Shrnutí

Můj názor na pohyb od nejútlejšího věku je velice pozitivní. Podporuji každou aktivitu s malým dítětem, pokud je přiměřená jeho věku.

Pro mne sport byl celý život velice důležitý a fyzická aktivita mi vždy pomáhala k uvolnění.

Kladná stránka pohybu již s nejmenšími dětmi je na základě mých zkušeností v neustálém kontaktu dítěte s blízkou osobou. Aktivita musí oba dva bavit, pokud to tak není nemá cenu se do něčeho nutit.

Další klady pohybové aktivity jsou dobré prospívání dítěte, jeho přiměřená aktivizace, rozvoj koordinace, rozvoj myšlení, posléze přiměřený vývoj řeči.

Zápory nevidím žádné, pokud pracujeme s vlastním dítětem, které známe a jsme citliví k jeho náladám a emocím. Nejdůležitějším faktorem je znalost dítěte a podpora v jeho aktivitách.

Literatura:

Čechovská, Irena, *Plavání s rodiči*, Praha, Grada Publishing a.s., 2002, str. 27

Matoušek, Oldřich, *Slovník sociální práce*, 2 přepracované vydání Praha, Portál, 2008, str.176-177

Langmeier, Josef, Krejčířová, Dana, *Vývojová psychologie: 2.,Aktualizované vydání*. vydání 4. přepracované a doplněné, Praha 7, Grada Publishing,a.s., 2006, str.24,45,63

M.Gregora, M. Velemínský ml., *Čekáme děťátko*, Grada Publishing,a.s., 2007, str. 154

Grof, Stanislav, *Dobrodružství sebeobjevování*, 2 dotisk 1994, Praha, Gemma89, 1993, str. 22-41

Eva Kiedroňová, *Něžná náruč rodičů*, zvláštní vydání: prosinec 2006 Český Těšín, Grada Publishing a.s.2005, str.107-108,109

Koch, Jaroslav, *Výchova kojence v rodině*, 3. vydání, Brno, Avicenum,1986

Jana Hašplová, *Masáže dětí a kojenců*, rozšířené 3 vydání, Praha, Portál, 2006, str.14-15

Zuzana Pospíšilová, Petra Poláčková, *Pohyb s říkadly pro nejmenší*, Grada Publishing,a.s. 2009, str. 11, 17, 23

Lenka Šulová, *Ranný psychický vývoj dítěte*, Praha, Karolinum 2004, str.44

Ingeborg Stadelmann, *Zdravé těhotenství přirozený porod*, 3. přepracované vydání, Praha, One women press, 2009, str. 204

Atkinson, Rita L., Richard C. Atkinson, Edward E. Smith, Daryl J. Bem, Susan Nolen-Hoeksema, *Psychologie: 2. Aktualizované vydání*, Praha, Portál, 2003, str.77

Příloha